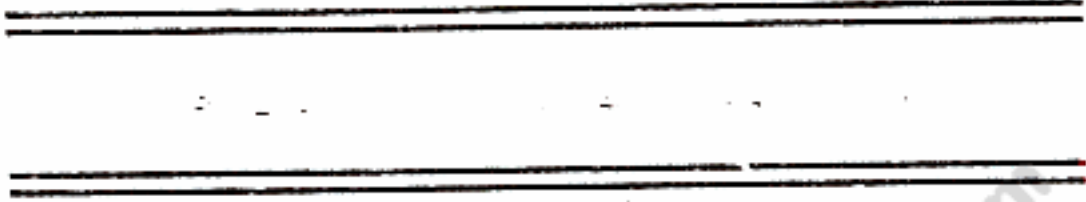


جس شخص کے شر سے اس کا پڑوسی محفوظ نہیں۔۔۔ دولت ایمان سے تہی دامن ہے۔ (بخاری و مسلم)
- بدگمانی سے بچو کیونکہ یہ سب سے بڑا جھوٹ ہے (نسائی)



کتاب

زنانہ امراض اور ان کا علاج

ترقیب

محمد اکرم

پرنٹرز

المخزن پرنٹرز کراچی

فہرست

صفحہ	عنوان	صفحہ	عنوان
۲۳	علامات حمل	۵	جب لڑکی جوان ہونے لگتی ہے
۲۶	حمل کی چوتھیں	"	بیرونی علامات۔
۲۷	جنین کی بڑھوتری	۶	اندرونی تبدیلیاں۔
۴۹	استفادہ حمل، ابارہ شش	"	ماتک تبدیلیاں۔
"	تعریف۔	۷	ماں باپ کا فرض۔
۳۰	وجوہات۔	۸	لڑکی کا فرض۔
"	علامات۔	۹	زمانہ اعضائے تناسل
۳۱	علاج	۱۰	رحم، بچہ دانی ریڈرس
۲۴	دلادت	۱۲	جینن زمین سیزر
۳۵	پہلا درجہ	۱۹	پستان
"	دوسرا درجہ	۲۰	زمانہ اعضائے تناسل کی
۳۷	تیسرا درجہ		نگہداشت
۳۸	دفعہ حمل کے لیے ضروری	۲۲	حمل کس طرح قرار پاتا ہے۔
	ہدایات	۲۳	بچوں کا علاج

صفحہ	عنوان	صفحہ	عنوان
۵۹	علاج غذا پر پیریز	۴۱	تھپے نیچے کی پرورش
۶۰	پرسوت کا بخار / حفظاً ما تقدم	۴۲	دودھ پلانے کے اوقات کا نقشہ
۶۲	امراض زچہ کیلئے منتخب نسخرات	۴۶	عمر کے مطابق طرہ و تری کا نقشہ
۶۳	دودھ کی کمی	۴۷	جنم گھٹی
۶۴	ٹانگ کا سفید دم	۴۸	عسر ولادت - تعریف
۶۵	تشیخ زچہ	۴۹	دجوبات -
۶۶	جنون زچہ (زچہ کی دیوانگی)	۵۰	علامات -
۷۰	حاملہ عورت بچوں کو ٹیکے	۵۱	علاج بطن و حفظاً ما تقدم
۷۱	کب لگوائیں -	۵۲	علاج بطن و اکڑی
۷۶	بچہ دانی و یونی کی چاریاں	۵۳	درد زہ رچہ کی پیدائش کے وقت
۷۷	معاذ اللہ کی آرزو -	۵۴	بے ضرر انجیشن
۸۱	آسان مجربات -	۵۵	دوائے عسر ولادت دیگر
۸۲	بڑی بولہوں سے علاج	۵۶	حب تسہیل ولادت -
۸۵	ایام کا دیر سے آنا - ایام کی کمی، ایام کی تنگی، ایام کا بترد ہو جانا -	۵۷	درائے مسقط جنین / ہدایات
۸۸	اولاد کی آرزو	۵۸	زچہ کی صحت و تندرستی کیلئے ہدایات
۹۲	دنوں کی زیادتی / کثرت ایام -	۵۹	کثرت نفاس / تعریف مرض
		۶۰	دجوبات / علامات / یونانی علاج
		۶۱	بندش نفاس / تعریف مرض / علامات

زنانہ امراض

جب لڑکی جوان ہونے لگتی ہے

جب ایک لڑکی ایک دد شیرہ بننے کی تیاری کرنے لگتی ہے اور شباب میں قدم رکھنے لگتی ہے تو اس وقت قدرت اس کو جوانی کی عمر کی علامات عطا کرنے میں ذرا بھی کسر نہیں رکھتی؛ یہ عمر لڑکی کے لیے نہایت اہمیت کی ہوتی ہے۔ کسی لڑکی کو جوانی کب شروع ہوتی ہے؟ اس کے لیے مقررہ وقت نہیں ہے۔ مگر یہ چھپوٹی عمر میں گیا تہ دیں اور سولہویں سال کے درمیان گنی جاتی ہے، آرام و آسائش کے ماحول میں پرورش پانے والی لڑکیاں غریب گھروں کی لڑکیوں کی نسبت جلدی جوان ہو جاتی ہیں۔ ہمارے گرم ملک میں لڑکیاں گیارہ سال کی عمر میں ہی جوان لگتی ہیں۔ لیکن ٹھنڈے ملک کی لڑکیاں سولہ سترہ سال کی عمر میں جوان ہوتی ہیں۔ اس طرح ہم دیکھتے ہیں کہ لڑکی کا جوان ہونا مقامی رہن بہن، آب و ہوا اور کاروبار، جسمانی حالت، آرام طلبی، سحت و محنت وغیرہ کئی باتوں پر منحصر ہے۔

بیرونی علامات؛ جب لڑکی جوان ہونے لگتی ہے تو اس وقت یہ

صاف دیکھا جاسکتا ہے کہ وہ بڑکی نیزی سے بڑستہ مٹی ہے، اس کے نائل اور ناص

جگہوں میں باا اگنے لگتے ہیں۔ اُس وقت اس کی چال میں فرق آجاتا ہے۔ اپنے دوپٹے کو پہلے کی طرح ادھر ادھر نہ ہونے دینے کی اس کی عادت ہو جاتی ہے اور اچھے بالوں والی پھوپھڑ کی کبھی تسلی کی طرح ادھر ادھر اڑتی پھرتی تھی، اب سنبیدہ ہو جاتی ہے۔

غور سے دیکھنے پر پتہ چلے گا کہ اس کے پستان معمولی اٹھنے لگے ہیں، جو دھیرے دھیرے بڑھتے ہوئے لڑکی کی بیرونی خوبصورتی کو چار چاند لگا دیتے ہیں اس وقت چہرہ پر لالی آجاتی ہے، گال بھر جاتے ہیں، چہرہ اور جسم بھرا بھرا دکھائی دینے لگتا ہے۔ جس کے نتیجے میں سارا جسم سڈول بن جاتا ہے، جس سے لڑکی کی بیرونی خوبصورتی پر کشش ہو جاتی ہے، لڑکی کو ایام بھی اس وقت شروع ہو جاتے ہیں۔

اندرونی تبدیلیاں: جوانی کے شروع ہونے پر بیرونی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ اندرونی تبدیلیاں بھی تیزی سے ہونے لگتی ہیں اور پیدائش سے تعلق رکھنے والے سارے اعضاء بڑھنے اور مضبوط ہونے لگتے ہیں۔ اس وقت جسم کی کچھ گرفتھیاں مضبوط ہو کر خاص صورت سے حصہ لینے لگتی ہیں جس کے نتیجے میں عورت پن کی تمام علامات پیدا ہونے لگتی ہیں۔

مانسک تبدیلیاں: جوانی شروع ہونے کے وقت ایک لڑکی میں بیرونی اور اندرونی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ کچھ ایسی مانسک تبدیلیاں ہونے لگتی ہیں جو کہ دوسرے تو ایک طرف ماں باپ پر بظاہر نہیں ہوتیں، اسی وجہ سے لڑکی کی اُس وقت کی صورت حال نہ سمجھنے کی وجہ سے کبھی کبھی لائق ماں باپ یا اُس

کے سر پر دست، بھی غلطی کر بیٹھتے ہیں جس سے لڑکی کا سارا جیون ہی چھوڑ پٹ ہو جاتا ہے۔ اس وقت لڑکی شرم ادھیاسے دبنے لگتی ہے۔ بزرگوں اور اپنے سے بڑوں کے سامنے آنے میں گھبراتی ہے، اپنی خوبصورتی کہ کسی اکیلی جگہ میں جانچ کرنے کی عادت سی بڑ جاتی ہے، اپنے آپ سے مستقبل میں بندھن میں بندھ جانے کے سنہرے خواب دیکھنے لگتی ہے۔ بہیلیوں کے ساتھ خوش گپیوں میں مزا آنے لگتا ہے، اپنے بہن بھائیوں سے زیادہ محبت کرنے لگتی ہے۔ تاکہ سماج اُس کو اب ایک کم عمر لڑکی نہیں بلکہ دو تیزہ کی صورت میں دیکھے، بات بات میں غصہ آنا اور چڑچڑاپن اس کے مزاج میں شامل ہو جاتا ہے اس طرح اس میں کئی تبدیلیاں ہونے لگتی ہیں۔

ماں باپ کا فرض، لڑکی کے جوانی کی عمر میں پہنچنے پر اس کے منطلق اس کے ماں اور دوسرے لوگوں کی ذمہ داری بڑھ جاتی ہے۔ یہ وقت طوفانی ہوتا ہے۔ ماں باپ کا فرض ہے کہ لڑکی کے اُستاد، بھائی، دوست، گھر کے جوان ملازم، پڑوسی کے جوان لڑکے، دور کے رشتہ دار لڑکے وغیرہ کوئی بھی ہو، ان پر کڑی نگاہ رکھی جائے، یہ ٹھیک ہے کہ ایسے تمام لوگ خراب نہیں ہوتے، لیکن آج کل کے ماحول میں کسی پر یقین رکھنا مناسب نہیں ہے۔

عام طور پر پہلی بار ایام آنے پر خون دیکھ کر لڑکی ڈر جاتی ہے اور سمجھ نہیں پاتی کہ یہ کیا ہو گیا اور اس وقت اسے کیا کرنا چاہیے۔ اس لیے ماں باپ کا یہ فرض ہے کہ وہ ایسا ہونے پر اس کے متعلق تمام باتیں کو لڑکی کو سمجھادیں اور بتادیں کہ اس کے ہی نہیں بلکہ تمام لڑکیوں میں ایام ضرور آتے ہیں اور یہ کہ ہر ماہ بار بار مقررہ وقت پر ایسا ہوا کرتا ہے، جب تک کہ شادی کے بعد حمل نہیں ٹھہر جاتا۔

لڑکی جوانی کے بوش میں آکر کہیں منزل سے بھٹک نہ جائے۔ اس کے لیے ماں باپ کا فرض ہے کہ وہ اسے دیکھتے رہیں کہ وہ کسی ایسی سوسائٹی یا ماحول میں نہ پڑ جائے جہاں اس کے منزل سے بھٹک جانے کا خطرہ ہو۔ آخری اور ضروری فرض ماں باپ کا یہ ہے کہ اپنی جوان لڑکی کے لیے اس کے حسب خواہش (جس پر ماں باپ بھی راضی ہوں) لڑکے سے اس کی شادی کر دینی چاہیے۔

لڑکی کا فرض

جب لڑکی میں جوانی کی علامات ظاہر ہونے لگیں۔ اس وقت سے لے کر جب تک شادی نہیں ہو جاتی اسے حوصلہ سے کام لینا چاہیے۔ اور جو کچھ کرنا ہو اسے خوب اچھی طرح سوچ سمجھ کر کرنا چاہیے۔

جوانی کی عمر میں ہی جسم کو بڑھوتری حاصل ہوتی ہے اور جو لڑکی یہ نہیں جانتی کہ اس وقت کیا کیا کرنے سے اس کی صحت و جوانی قائم رہ سکتی ہے، اس کی زندگی کو تا کامیاب ہی سمجھئے، ایسی تا سمجھ لڑکی کے جسم کی بڑھوتری اس کی عمر کے مطابق نہیں ہوتی، ایسی لڑکی کب جوان ہوئی، کب بھر لپوڈ شباب آیا اور کب بوڑھی ہوئی، پتہ ہی نہیں چلتا، اس میں "عورت پن" کی لپوڈی بڑھوتری نہیں ہو پاتی، اس کے الٹ جو سمجھ دار لڑکی جوانی کی عمر سے موت تک قدرتی زندگی گزارے گی وہ ضرور ہی اسی تو سے یا سو سال کی عمر تک روشیزہ اور خوب صورت صحت مند رہے گی، پچاس سال کی عمر گزار جانے کے بعد بڑھاپے کا آجاتا ضروری ہے، صرف بھرا ہے۔

قدرتی جیون میں پہلا مقام قدرتی خوراک کو دیا گیا ہے، اچھی خوراک سے

صحت، خوب صورتی اور جوانی، تینوں کی بنیاد مضبوط ہوتی ہے، مکمل اناج تازہ موسمی پھل، تازہ موسمی ساگ سبزیاں، نمالیں دودھ سوکھے میوے اور کچی سبزلیوں کا سلاد وغیرہ قدرتی خوراک کہلاتی ہیں، ان میں قدرت نے دکن بھر رکھے ہیں جو بیان سے باہر ہیں، انہی قدرتی خوراک کو استعمال کرنے سے لڑکی سندرا اور صحت مند عورت بننے کی امید کر سکتی ہے۔

جوان اور خوبصورت بننے کے لیے مستقل ورزش کی بھی بڑی ضرورت ہے، کیونکہ ورزش سے ہی جسم کے نقائص دور ہوتے ہیں اور خون صاف ہوتا ہے۔ اس سے جسم خوبصورت اور سڈول ہوتا ہے۔

ورزش کے بعد آرام اور مقوی خوراک کا استعمال نہایت مفید ہے اس سے محنت میں خرینج کی ہوئی طاقت واپس ملتی ہے۔

مدرجہ بالا ہدایات کے علاوہ خوش و خرم رہنا، گہری زندگی میں قدرتی اصولوں پر چلنا ایسی عادتیں ہیں جس سے آدمی دیوتا اور عورت دیوی بن سکتا ہے۔

زنانہ اعضاء تناسل

پہلے اس کے کہ ہم امراتن زنانہ اعضاء تناسل کے متعلق کچھ عرض کریں۔ مناسب معلوم ہوتا ہے کہ اس جگہ زنانہ اعضاء تناسل کی تشریح کر دیں تاکہ امراتن میں جس مقام پر ان اعضاء کا ذکر آئے۔ اس کو سمجھنے میں آسانی ہو اور کسی غلط فہمی کا امکان نہ رہے۔ زنانہ اعضاء تناسل دو قسم کے ہیں، ایک بیرونی جو بیٹرو کے جوف کے اندر ہوتے ہیں اور ظاہری طور پر نظر نہیں آتے ہیں۔ اس سلسلہ میں مرد اور عورت

کے اعضاءے تناسل کا فطری فرق ہی فریقین میں مخصوص جنس جذبات پیدا کر کے کا فمردانہ ہے ، اگر عورت کے جسم کی بناوٹ یکساں ہوتی تو قدرت کی وہ مرنی پوری نہ ہوتی ، جس کا منشاء انسانی نسل کی بڑھوتری ہے ۔ درحقیقت عورت کے وہ حسین جسمانی گوشے ہی ان میں ”عورت چنا“ پیدا کرتے ہیں ، جن کے اندر قدرت تھے تھے روپ ڈالتی آتی ہے ۔

عورتیں عام طور پر اپنے جسم کے ان خوب صورت گوشوں ، پیچیدگیوں اور ان کے انحال و دظالفت سے واقف نہیں ہیں جو انہیں کائنات میں سب سے بڑے مقام کا مستحق بناتے ہیں ، عورت اگر ماں اور بیوی نہ ہوتی تو یقیناً وہ کچھ بھی نہ ہوتی ، حسن و شباب کی کشش ، عنابی رخساروں کی دلقریبی اور نشیبی آنکھوں کی سحر طرازی اپنی اپنی جگہ ناقابل انکار ہے ، لیکن صنف نازک ان سب خوبیوں کے ساتھ ساتھ ایک زبردست جاذبیت رکھتی ہے اور وہ ہے ”ماں“ بننے کی صلاحیت ، جس سے انسانی نسل کی بڑھوتری ہوتی ہے ، اگر عورت کے حسن اور جوانی میں وہ جنسی کشش نہ ہوتی جو مندرجہ سے مندرجہ کو یہی اس کے قدموں پر چھکا دینے کی قوت رکھتی ہے تو اسے دنیا میں کوئی امتیاز حاصل نہ ہو سکتا تھا ، اس طرح اگر وہ چھاتیوں سے اپنے پھر کو خون دل پلا کر ایک نژاد اور توانا نسل کی بڑھوتری کا سبب نہ ہوتی تو اس کے کالے اور لیے بال ، نازک اور ہتھیری لگے ہاتھ ، پتلے لیے اور نازک ہونٹیں ، سفید و صاف موتیوں کی اڑیوں کی طرح دانتوں کی قطاریں اور سینے پر نھنھن ہونٹے ہونٹے آگینے ، کبھی کسی رہنمائی اور خوب صورتی کا مرکز نہ بن سکتے ، عورت اپنی جنسی کشش کو جنم دینے والے مخصوص جنسی اعضاء ہی کی وجہ

سے محبوبہ اور حسینہ کا لقب حاصل کر سکتی ہے۔
محبت اور جنس کے درمیان نہایت گہرا رشتہ ہے، بلکہ یہ کہتا ہے جان نہ ہوگا
کہ محبت جنسی رجحان کا ہی ردِ عمل ہے۔

۴۔ رحم، پچھرائی (یوٹرس Maters)

رحم پچھرائی ازنا نہ اعضائے تناسل کا سردار ہے، اس میں ہی مرد کے ویرج
کے کیڑے اور عورت کے انڈے کا ملاپ ہوتا ہے اور حمل قائم ہوتا ہے اور پوری
نشوونما کے بعد وضعِ حمل کے وقت بصورت پچھرا ہوتا ہے۔ دو شیشہ لڑکیوں
کا رحم ناشپاتی کی طرح ہوتا ہے اور آگے سے جوں جوں پیچھے کو ہٹا جاتا ہے
توئی توں چپٹا ہوتا جاتا ہے۔

رحم کی لمبائی تقریباً تین انچ، چوڑائی دو انچ اور موٹائی ایک انچ ہوتی ہے اور
وزن اڑھائی تو لے سے سواتین تو لے ہوتا ہے، رحم کا بالائی حصہ زیادہ چوڑا ہوتا
ہے اسے قعرِ رحم کہتے ہیں۔ یہ حصہ ڈھکا ہوا ہوتا ہے، ایامِ حیض میں بڑھ کر رحم
گول ہو جاتا ہے اور اس کے لب متورم ہو جاتے ہیں نیز حمل کے دنوں میں جنینِ رحم میں قیام
پاتا ہے اور رحم کے اندر ہی رہ کر اپنی مدت پر وکثش پوری کرتا ہے چنانچہ حمل کے
زمانہ میں اس کا وزن بارہ چھٹانک سے ڈیڑھ دو سیر تک وزنی
تک وزنی ہو جاتا ہے اور پچھرائی کی پیدائش کے بعد رحم تقریباً اپنی اصلی حالت پر
واپس آجاتا ہے لیکن اس کا جوف دو شیشہ لڑکی کے رحم سے بڑھ جاتا ہے بڑھاپے
میں رحم سکڑ کر نرد اور دبیر ہو جاتا ہے۔

حیض (مین سیز (Menses)

حیض اس خون آمیز رطوبت کا نام ہے جو عورت کی تندرستی کی حالت میں ماہ بہ ماہ رحم سے خارج ہوتی ہے۔ یہ خون آمیز رطوبت مختلف وقتوں میں عورت کو آنی شروع ہوتی ہے۔ چنانچہ گرم ملکوں میں جلد حیض آتا شروع ہو جاتا ہے، اور سرد ملکوں میں بڑی عمر میں علاوہ اس کے غذا کے اچھا ہونے یا نہ ہونے پر بھی اس کا بہت کچھ اثر ہوتا ہے۔ معتدل ممالک میں ۱۴ سے ۱۶ سال کی عمر میں حیض آنا شروع ہو جاتا ہے اور گرم ممالک میں دس سے چودہ سال کی عمر میں شروع ہو جاتا ہے۔

حیض کا آنا عورت کے بالغ ہونے کی بڑی علامت ہے۔ لیکن اگر کس وجہ سے اس میں تاخیر ہو جائے تو یہ ضروری نہیں ہے کہ عورت کو بالغ نہ سمجھا جائے اور حمل بھی قرار نہ پائے۔ نیز یہ کہ دوسرے جوانی کے آثار ظاہر نہ ہوں، چنانچہ بعض عورتیں اس قسم کی بھی دیکھی گئی ہیں کہ باوجود حیض کے نہ ہونے کے صاحب اولاد ہیں۔ لیکن ایسا بہت کم ہی ہوا ہے۔ اکثریت اس بات کی شاہد ہے کہ جب تک حیض صحیح طریقہ مقررہ مدت و مقدار میں نہ آئے حمل قرار نہیں پاتا ہے۔

گرم ملک میں لڑکیاں عام طور پر دس پندرہ سال کے درمیان بلوغت کو پہنچ جاتی ہیں۔ اس عمر میں ان کے اندرونی اعضا کی بنیاد میں ایسی تبدیلیاں سے پیدا ہوتی ہیں۔ جس سے وہ انسانی نسل کی بڑھوتری یعنی اولاد پیدا کرنے کے قابل ہو جاتی ہیں۔ جس وقت کوئی لڑکی بلوغت کو پہنچتی ہے تو طبی رو سے اس کی

بغلوں کے نیچے اور اندامِ تنہانی کے ادھر کے حصے میں بال لگتے لگتے ہیں۔ چھتیاں ابھر پڑتی ہیں۔ حیض بھی آنے لگتا ہے۔ اور جسم کی نشوونما جلد جلد ہونے لگتی ہے۔ بس بلوغت کی یہی بڑی بڑی علامات ہیں۔

حیض تیس روز کے بعد آتا ہے اور عام طور پر پانچ روز تک جاری رہتا ہے۔ حیض میں خون اور گوشت کے ملے جلے اجزاء ہوتے ہیں۔ لیکن خون کی مقدار گوشت کے ذرات سے زیادہ معلوم ہوتی ہے اور عموماً اس کی مقدار آٹھ سے دس تولہ تک ہوتی ہے۔

ایامِ حمل اور بچہ کے ردھہ پینے کے ابتدائی دنوں میں حیض نہیں آتا ہے۔ حیض کی بندش حل ٹھہرانے کی ایک جڑی سلامت ہے، عام طور پر ۴۵ سال کی عمر میں حیض کا سلسلہ سدّ رہ جاتا ہے اور اس تک ساتھ ہی اولاد کا سلسلہ بھی بند ہو جاتا ہے، لیکن یہ بیکارہ نہ ہے، کیونکہ بعض اوقات پچاس پچھن برس کی عمر تک بھی عورت اولاد پیدا کرنے کے قابل رہتی ہے۔

اس زمانہ میں لڑکیوں کو زیادہ اس برس کی عمر میں بھی حیض آنے لگتا ہے، اور جب کسی لڑکی میں حیض آنے لگے تو اس میں حاملہ ہونے اور بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے، لیکن اتنی عمر چھوٹی میں لڑکیوں کو ہوس رانی کا ذریعہ اور بچے پیدا کرنے کی مشین بنا دینا اس پر ظلم کرنا ہے۔ دس پندرہ سال کی لڑکی بھی محض بچہ ہی ہوتی ہے، اس عمر میں اس کے دل و دماغ بوری طرح نشوونما نہیں پاتے، اگر وہ اس عمر میں حاملہ ہو جائے تو خود اس کی بڑھوتری رک جاتے گی۔ اور اس کی اولاد بھی لاغر اور کمزور ہوگی۔ اس لئے ۲۰ سال سے پہلے کسی لڑکی کی شادی نہیں ہونی

چلیئے اور اکیس یا بیس برس سے پہلے کسی لڑکی کو ماں بننے کی خواہش نہیں کرنی چاہیئے۔

کوئی عورت بھی اپنی جسمانی فطرت اور زندگی کو نہیں بھول سکتی، کیونکہ ہر تیس دن کے بعد اس کو مخصوص ناخوش گوار اور تکلیف دہ عرصہ سے گزرنا پڑتا ہے۔ یہ عرصہ عورت کو کبھی نسوانیت اور اس کا ثقافتاً بھولنے نہیں دیتا، لیکن کیا یہ ضروری ہے کہ یہ عرصہ ناخوش گوار اور تکلیف دہ ہی ہو، اور اس عرصہ میں روزمرہ کے معمولات اور زندگی میں تبدیلی واقع ہو۔

یغیر کسی پس و پیش کے کہا جاسکتا ہے کہ اس عرصہ کا تکلیف دہ ہونا چنداں ضروری نہیں ہے۔ کیونکہ ہم دیکھتے ہیں کہ اسکول میں پڑھنے والی لڑکی یا پڑھانے والی عورت یا سیاسی یا سماجی کارکن اس عرصہ میں اپنے معمولات سے گریز نہیں کرتیں۔ ایسی عورتوں کی بھی مثال لی جاسکتی ہے، جو کہ برابر اس عرصہ میں کھینچوں کے مقابلہ میں حصہ لیتی ہیں، ایام کی وجہ سے وہ کبھی کھیل میں شرکت سے انکار نہیں کرتیں۔ گھریلو عورتوں کی نسبت اس قسم کی عورتیں ایام کے دوران بہت زیادہ محنت کرتی ہیں۔ لیکن ان کا کوئی نقصان یا تکلیف محسوس نہیں کرتیں، چنانچہ ان ایام میں جسمانی محنت سے گریز ضروری نہیں، اور نہ اپنی روزمرہ زندگی میں تبدیلی کی ضرورت ہوتی ہے۔

لیکن ماہر جنیات معالجین اور ایڈی ڈاکٹروں کے باہمی تعاون سے ایک جائزہ حال ہی میں لیا گیا ہے اس سے یہ ثابت ہونا ہے کہ بچا س قبضہ دی لڑکیاں اور عورتیں ایام ماہوار کے دوران شدید درد اور تکلیف محسوس کرتی ہیں، ایسی

عورتوں میں اکثریت گھریلو عورتیں ان ایام میں شدید درد اور تکلیف محسوس کرتی ہیں۔

گھریلو عورتوں اور کھلاڑی محنتی عورتوں میں سب سے بڑا فرق یہ ہوتا ہے کہ کھلاڑی اور بیٹھور عورتوں کے پیٹھے اور جسمانی عضلات زیادہ توانا اور صحت مند ہوتے ہیں۔ عورتوں کی ایک مخصوص لیڈی ڈاکٹر نے بتایا ہے کہ ایام ماہواری میں درد اور تکلیف **حصیلے** اور **معمولات** زندگی میں تبدیلی کرنے کی ضرورت نہیں ہے، حسب معمول اس کو غسل **کرائیں** اور **عنائے** مخصوصہ بیرونی طور پر صاف رکھنا چاہیے جہاں محنت میں کوئی کس نہیں کی جانی چاہیے۔ امریکہ کی متعدد عورتوں کے کالج اور سکولوں میں تجربات کئے گئے ہیں کہ کوہوں اور پیٹ کے پٹھوں اور عضلات کی درمیان کرنے سے ایام ماہواری میں کوئی تکلیف یا درد محسوس نہیں ہوتا۔

لیکن ایک عام عورت کو ایام ماہواری میں معمول سے زیادہ جسمانی محنت ہرگز نہیں کرنا چاہیے، اس عرصہ میں اسے گھوڑ سواری، تیرنا اور بھاگنے کو ڈرنے والے کھیلوں سے پرہیز کرنا چاہیے۔ ایک عام گھریلو عورت کے لیے چلنا یا نصن اپنے روز کے گھریلو معمولات پر عمل کرنا اچھی کسرت ثابت ہوتا ہے۔

ایام ماہواری میں عام طور پر پیٹ کے نچلے حصہ میں چھین اور درد محسوس ہوتا ہے، جو خون کے جمع ہو جانے سے ہوتا ہے، اس درد کو دور کرنے کے لیے کسرت ضروری ہے، کسرت سے نہ صرف درد و تکلیف ختم ہو جاتی ہے بلکہ عام صحت بھی اچھی ہوتی ہے۔

چت لیٹ جائیے، جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیجئے، ایک ہاتھ پیٹ پر رکھیے

اور آہستہ آہستہ اندر سانس لیجئے اور دیکھئے کہ پیٹ کتنا ابھرتا ہے پھر اس
 سانس کو آہستہ آہستہ باہر نکال دیجئے اور دیکھئے کہ پیٹ کتنا اندر
 کو دھنتا ہے۔ اس معمولی اور آسان کسرت کو صبح و شام دس بار کرنا چاہئے۔
 صبح جاگتے پر اور رات کو سوتے وقت اس کسرت کو باسانی کیا جاسکتا ہے۔
 یہ کسرت روزانہ کرنی چاہئے اور ایام ماہواری کے دوران بھی اس کسرت کو
 کرنا چاہئے۔

ایام ماہواری میں درد اور تکلیف ہونے کی وجہ سے غلط کھانا ہونے کا
 طریقہ بھی ہے، اگر کمر جھکی رہتی ہے اور سینہ اندر کو دھنتا رہتا ہے، تو اس کا
 اثر پیٹ کے نچلے حصے پر پڑتا ہے اس طرح زور پڑنے سے ایام ماہواری میں
 درد محسوس ہوتا ہے۔

ٹھیک طریقہ یہ ہے کہ سر کو اوپر اور گردن کو نیچی رکھا جائے، کندھے آگے
 جھکے ہوئے ہونے کی بجائے تنے ہوئے ہوں اور کمر ایک دم سیدھی ہونی چاہئے۔
 قبض کنی وجہ سے بھی ایام ماہواری میں درد اور تکلیف محسوس ہوا کرتی ہے۔
 اگر قبض ناقص غذا کی وجہ سے ہو تو ایسی غذا بند کر دینی چاہئے اور جلد مضمحل ہونے
 والی غذا استعمال کرنی چاہئے۔

اگر رحم اپنی جگہ سے ہٹ جائے تو بھی ایام ماہواری میں درد محسوس ہونے
 لگتا ہے، عام طور پر ایسی شکایات ایسی عورتوں کو ہوتی ہیں، جن کے ہاں بال زیم
 نہ پیدا ہوا ہو۔ بچہ پیدا ہونے کے بعد بعض اوقات رحم اپنی جگہ سے ہٹ جاتا
 ہے۔ اس صورت میں ایام ماہواری میں تکلیف نہیں ہوتی۔

کمزور رحم کی وجہ سے بھی ایام ماہواری میں تکلیف اور درد محسوس ہوا کرتا ہے۔ عام طور پر غیر شادی شدہ لڑکیوں یا بغیر بچوں والی شادی شدہ عورتوں کے رحم کمزور ہوتے ہیں۔ بچہ پیدا ہو جانے سے رحم پوری طرح نشوونما پاتا ہے۔

بیغیر حمل کے محض شادی بھی ایام ماہواری میں تکلیف کو دور کرنے کے لیے مفید ہے، کیونکہ اس میں کوئی شکہ نہیں کہ جنسی اختلاط رحم کی نشوونما کرتا ہے۔ جس کی وجہ سے رحم اپنا فعل پوری طرح انجام دینے لگتا ہے۔ ایام کی خرابیوں کا علاج **سستی** سنائی باتوں پر یقین کر کے نہیں کرنا چاہیے۔ بہتر یہ ہے کہ کسی مستند ماہر **جنیات** طبیب کو حالات سے آگاہ کیا جائے، اور اُس کے مشورے پر عمل کیا جائے۔

اگر ایام ماہواری میں لگاتار درد محسوس ہوتا رہے اور اس کا علاج نہ کیا جائے تو اس سے ذیابیطس، سوزاک، گنٹھیا، خفقان، دق اور کمی خون کی شکایت ہو جاتی ہے۔ چنانچہ ایام ماہواری کے درد کو نظر انداز نہیں کرنا چاہیے اور شرم کو بالائے طاق رکھ کر ظاہر کر دینا چاہیے۔

بعض عورتوں کو بعض قسم کی غذا میں تا موافق ہوتی ہیں اور ان غذاؤں کی وجہ سے ایام ماہواری میں درد محسوس ہونے لگتا ہے۔ اس سلسلہ میں مرغی کے انڈے، دودھ، چاکلیٹ، مچھلی، گرم مصالحہ اور گو بھی بھی بعض مزاجوں کو موافق نہیں آتی اور اس سے عورتوں کو ایام ماہواری میں درد محسوس ہونے لگتا ہے۔ چنانچہ ایام ماہواری میں یہ بھی جاننا ضروری ہے کہ درد کس خاص غذا کی وجہ سے تو پیدا نہیں ہوتا۔ لیکن

بہت کم عورتوں کو غذا کی وجہ سے شکایت پیدا ہوتی ہے ۔

ایام ماہواری میں درد اکثر ان عورتوں کو محسوس ہوتا ہے، جن کی عام صحت درست نہیں ہوتی اور جن کے جسم کمزور ہوتے ہیں۔ چنانچہ ایام ماہواری کے درد سے چھٹکارا پانے کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ عام صحت کو بہتر بنایا جائے اور صحت بخش غذا کھائی جائے اور اگر کافی جسمانی محنت نہ کرنی پڑتی ہو تو کسرت کی عادت ڈالی جائے۔

ایام ماہواری کی بے قاعدگی اور درد کا سبب نفسیاتی بھی ہو سکتا ہے۔ بلوغت سے پہلے لڑکیوں کے دل میں خوف کا احساس پیدا ہو جاتا ہے مختلف طریقوں سے لڑکی یہ محسوس کرنے لگتی ہے کہ ایام ماہواری ایک مصیبت ہیں، جو ہر عورت کو جھیلنے پڑتے ہیں۔ جو ہر صورت میں تکلیف دہ ہوتے ہیں اور ان کو تکلیف دہ ہونا چاہیئے۔ دراصل ایام کے ہونے سے اتنا خوف زدہ نہیں ہونا چاہیئے جتنا کہ نہ ہونے سے، کیونکہ ایام ماہواری عورت کی صحت کی نشانی ہے۔ ایام ماہواری میں خصوصاً احتیاطی تدابیر نہایت ضروری ہوتی ہیں اور صحت کے اصولوں کو برابر مد نظر رکھنا پڑتا ہے، جسمانی محنت، صفائی، صحت بخش غذا، قبض سے چھٹکارا اور صحت مند خیالات ایام ماہواری کے بغیر درد و تکلیف کے ہونے کے لیے ضروری ہیں۔

بڑھاپے کی لگ بھگ عمر میں جب ماہواری خون کے ہمیشہ کے لیے بند ہونے کے دن آتے ہیں تو بھی بہت سی تبدیلیاں آنے لگتی ہیں۔ جس میں سے ذہنی تبدیلی ایک تارباں حیثیت رکھتی ہے۔ یوں تو پٹھے، خون اور پیٹ کی بناؤٹوں پر بھی اثر

ہوتا ہے۔ جب خون بند ہونے لگتا ہے تو یکبارگی ہی بند نہیں ہو جاتا بلکہ کچھ دنوں میں گڑ بڑ ہوتی ہے۔ پھر خون میں کمی ہونے لگتی ہے اور آخر میں بند ہو جاتا ہے۔ اعضائے تناسل کے اندر والے حصے میں تبدیلی ہو جاتی ہے۔ چھاتیاں سکڑ جاتی ہیں اور بعض اوقات ان میں چربی جمع ہو جاتی ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ اس وقت ان عورتوں میں کچھ مردوں جیسی علامات پیدا ہونے لگتی ہیں۔ مثلاً چہرے پر بالوں وغیرہ کا پیدا ہونا۔

خون نہ نکلنے کے دنوں میں جب خون نکلنے لگتا ہے تو اس عارضہ کا نام طب میں کثرت السطت جسے ڈاکٹری میں مینورا یا زیاد خون کا بکثرت آنا، کہتے ہیں۔ لیکن جب ایام ماہواری کے دنوں کے علاوہ خون آئے تو اسے طب میں استحصاء کہتے ہیں اور جب سفیدی یا زردی مائل رطوبت نکلتی ہے تو اسے سیلان الرحم (لیکوریٹا) کہتے ہیں۔

پستان (Mammary Glands)

یہ دو گتھیاں (غدد) ہیں۔ جن میں بچہ کی پرورش کے لیے دودھ پیدا ہوتا ہے۔ یہ عورتوں میں بڑی اور مردوں میں بالکل چھوٹی ہوتی ہیں، عمر کے مطابق علیحدہ علیحدہ عورتوں میں ان کی بناوٹ میں فرق ہوتا ہے، جوانی کی عمر سے پہلے یہ چھوٹی ہوتی ہیں اور جوانی میں آجانے پر یہ بھی زنانہ اعضائے تناسل کے ساتھ ساتھ بڑھتی رہتی ہیں۔ حمل کی حالت میں اور بچہ کی پیدائش کے وقت یہ بہت بڑھ جاتی ہیں اور بڑھاپے کی عمر میں یہ بالکل مرجھا جاتی ہیں۔

عورتوں کے دونوں پستان تقریباً آدھے گولائی میں ہوتے ہیں۔ ہر ایک

پستان اوپر سے دوسری پسلی سے لے کر نیچے چھٹی پسلی تک پھیلے ہوئے ہوتے ہیں۔ ان کے اندر کئی طرح کی گرتھیاں ہوتی ہیں اور جلد بھی اکٹھی رہتی ہے۔ ہر ایک پستان کے اوپر والے حصے کی چوٹی پر ایک بلندی ہوتی ہے۔ جسے اردو میں بھٹنی، ہندی میں چوچک اور انگریزی میں نیپل (Nipple) کہتے ہیں۔ چوچک کے چاروں طرف گہرے کالے رنگ کا ایک گھیر رہتا ہے۔ اسے ایری اولا کہتے ہیں۔ چوچک میں دودھ لانے والے بارہ سے بیس تک سوراخ ہوتے ہیں۔ شروع جواتی میں دونوں پستان چھوٹے اور سخت ہوتے ہیں۔ عمر کی بڑھوتری کے ساتھ ساتھ ان کی بڑھوتری بھی ہونے لگتی ہے عورت کے اعضائے تناسل سے اگرچہ اس کا تعلق براہ راست نہیں ہے لیکن پھر بھی پستانوں کا اعضائے تناسل سے گہرا تعلق ہے، پستانوں کو چھونے سے یا ان کے کسی حصہ کو بھی حرکت دینے سے رجم کی مانس پیشی کا سکرڈاؤ ہوتا ہے اور اس کے نتیجہ میں سارے جسم میں عورت کو سکھ محسوس ہوتا ہے۔ اس سلسلہ میں طبی رو سے عورت کے پستانوں کو اس کے اعضائے تناسل میں ایک خاص اہمیت کا مقام حاصل ہے۔ کیونکہ بہداشت کے بعد جو نہی بچہ ماں کے پستانوں سے دودھ پینے لگتا ہے، اعضائے تناسل کا سکرڈاؤ شروع ہو جاتا ہے اور آہستہ آہستہ وہ اپنی جگہ پر آ جاتا ہے۔

زنانہ اعضائے تناسل کی نگہداشت

زنانہ اعضائے تناسل کی نگہداشت سے لاپرواہی زنانہ امراض کی بڑھوتری کا سبب بنتی ہے اور اس غلطی کا خیا زہ بچوں کو اس وقت بھگتنا پڑتا ہے جب

وہ منزلِ شباب میں قدم رکھتے ہیں۔

عورت کی اندام نہانی کی صفائی اس قدر آسان نہیں، کیونکہ اندام نہانی میں کئی جگہیں ایسی ہیں جہاں غلاظت جمع ہو سکتی ہے، گو قدرت نے اس کی بناؤٹ میں یہ بات ضرور رکھی ہے کہ بیرونی غلاظت اندر داخل نہ ہو سکے۔ تاہم کسی نہ کسی طرح غلیظ مادے اور جراثیم اندر بچہ دانی تک پہنچ سکتے ہیں، لیکروریا کی بیماری عام طور پر اس وجہ سے ہوتی ہے۔

اندام نہانی ریونی کی صفائی کے لیے عام طور پر پچکاری کے استعمال کی سفارش کی جاتی ہے۔ لیکن یہ طریقہ سہل نہیں ہے۔ نہ اس کے استعمال کے لیے سہولتیں میسر ہیں۔ اس لیے عام طور پر خیال کیا جاتا ہے کہ ایام کے دوران اندام نہانی کو گیلانہ ہونے دیا جائے۔ یہ خیال محض وہم کی حیثیت رکھتا ہے اور اس وہم نے ہزاروں کو دکھ پہنچایا ہے پانی کے استعمال میں اس قدر احتیاط کی البتہ اشد ضرورت ہے کہ پانی ہمیشہ گرم ہو، صفائی خواہ وہ پچکاری کے ذریعہ ہو یا دوسرے طریق سے ہمیشہ گرم پانی سے کی جائے خاص طور پر ایام کے دوران سرد پانی کا استعمال مضر ثابت ہوگا۔

ایام کے دنوں میں دن بھر میں کم از کم ایک یا دو بار گرم پانی سے اندام نہانی کو صاف کیا جائے، ورنہ اندام نہانی کے منہ پر خشک خون جم جاتا ہے، جس سے بدبو پیدا ہوتی ہے۔

ایام کا خون روکنے کے لیے صاف ستھرے جینٹھڑے اور تولیہ استعمال کیا جائے اور انہیں جلد جلد بدل دیا جائے، تقریباً ہر روز تولیہ بدل لیا جائے، تو

بہتر رہے گا۔ جریان خون کو روکنے کے لیے ریڈ کی ٹوپ یا ریڈ کی پیسٹ کی قسم کی کوئی چیز یا اسی قسم کا کوئی اور طریق اختیار نہ کیا جائے، ان کے استعمال سے تالیوں اور معدہ میں سوزش پیدا کرنے کا خطرہ ہے۔ صاف کپڑے کا پیڈ جو عام طور پر استعمال کیا جاتا ہے، کافی ہے، اسے بھی جلد جلد بدلا جائے یا صاف کیا جائے۔ زنانہ اعضاء کے تناسل کی غلاظت سے شروع شروع میں معمولی تکلیف ہوتی ہے اور ایک قسم کی بدبو پیدا ہو جاتی ہے لیکن جب یہ احتیاطی عرصے تک جاری رہے۔

حمل کس طرح قرار پاتا ہے

حمل قرار پانے میں عورت و مرد کے اعضاء کے تناسل حصہ لیتے ہیں۔ فقط اتنا ہی لکھ دینا کافی ہے کہ بوقت ملاپ بچہ دانی میں مرد کے ویرج کے کیڑے جنہیں دوسرے الفاظ میں اولاد کے کیڑے کہتے ہیں۔ عورت کے انڈے سے ملاپ ہونے کو ہی حمل ٹھہرتا کہتے ہیں۔ حمل ٹھہرنے سے جو چیز بنتی ہے، اسے گرجہ یا حمل کہتے ہیں۔ ڈمب (عورت کا زنج) انڈا دانی (اورینرا) خستہ الرحم میں پیدا ہوتا ہے اور ڈمب پر تالی سے ہوتا ہوا بچہ دانی، یوٹرس (Uterus) میں پہنچ جاتا ہے عورت اور مرد کے ملاپ سے مرد کے ویرج کے کیڑے یونی کے اندر پہنچتے ہیں۔ کبھی کبھی ویرج کے کیڑے سیدھے بچہ دانی میں بھی پہنچ جاتے ہیں۔ چونکہ عورت کے انڈے اور مرد کے ویرج کے کیڑے میں کشش ایک قدرتی امر ہے۔ اسی لیے ویرج کے کیڑے دیباؤنا (یونی) سے ہو کر بچہ دانی میں پہنچ جاتے ہیں۔ حمل قائم ہونے کے لیے ویرج کے کیڑے کا بچہ دانی میں پہنچنا ضروری

ہے، اس سلسلہ میں اگر بوقت ملاپ غفلت کی جائے تو دیر جرح ہبل سے نکل جاتا ہے اور صل قرار نہیں پاتا۔

جڑواں بچوں کا علاج

یورپ میں پچھلے چند سالوں کے اندر اس قسم کے کئی آپریشن کئے جا چکے ہیں جن میں سے کئی ایک کامیاب بھی ہوئے ہیں۔ دو جڑے ہوئے بچوں کو بذریعہ آپریشن کاٹ کر جدا کر دیا جاتا ہے، لیکن یہ عمل نہایت خطرناک اور بے حد نازک ہے جس میں رقی بھری بھی بے احتیاطی ہونے سے دو معصوم زندگیاں کے ضائع ہو جانے کا ہر لمحہ امکان رہتا ہے، لہذا آپریشن میں لانے سے پہلے اس بات کا اندازہ لگایا جاتا ہے کہ آیا دونوں جڑے ہوئے بچوں کے اعضاء رئیسہ علیحدہ علیحدہ ہیں، یا مشترکہ، اگر دل، جگر، گردہ وغیرہ علیحدہ علیحدہ ہوں تو دونوں کو درمیان میں سے کاٹ دیا جاتا ہے۔ لیکن اس کے برعکس اس کے اگر اعضاء مشترکہ ہوں تو آپریشن سے دونوں کی موت یقینی ہے۔ اس حالت میں اس مرض کا کوئی علاج نہیں ہے۔

علامات حمل

حیض کا بند ہو جانا، سویرے ایکائی اور قے آنا، چھاتیوں میں الٹ پھیر جینس کا ہوتا، مشانہ کا چھلا ہونا، پٹھوں وغیرہ کے الٹ پھیر، پہلی نشانی یعنی ماہوار کا بند ہو جانا پکی بات نہیں۔ کیونکہ دق و ریل کے پہلے دنوں میں بھی خون رگ جاتا ہے یا ان عورتوں میں جن کو حمل کی مانگ ہوتی ہے۔ حیض رگ جاتا ہے یہی نہیں بلکہ حمل

کے شروع مہینوں میں تھوڑا سا خون حیض کی طرح نکل آتا ہے۔ دوسری نشانی صبح کی متلی دو تین عورتوں میں ملتی ہے جو دوسرے مہینے سے شروع ہو کر تیسرے مہینے میں رُک جاتی ہے، یہ متلی صبح پلنگ سے اٹھ کر ہوتی ہے اور کبھی قے کے ساتھ تھوڑا سا بلغمی مادہ بھی نکل آتا ہے۔ پیٹ کی تبدیلیوں میں پہلی تبدیلی کھال میں سیاہی کا ہونا، اور پیٹ کا آہستہ آہستہ بڑھنا ہے۔ جو تھے۔ مہینے میں رحم پیٹ کے اوپر سے ٹٹول کر معلوم کیا جاسکتا ہے پہلے تین مہینوں میں ناف زیادہ گہری ہو کر کھینچ جاتی ہے، پھر آہستہ آہستہ ابھرنا شروع ہوتی ہے اور درمیان کے تین مہینوں میں اتھل پتھل ہوتی جاتی ہے۔ یہاں تک کہ چھ مہینے گزرنے پر پیٹ کے برابر ہو جاتی ہے اور آخر کے دو مہینوں میں باہر کو بھی ابھر جاتی ہے۔ جس کی وجہ یہ ہے کہ پیٹ کے نچلے حصے میں رحم جگہ گھیر لیتا ہے اور آنتیں وغیرہ سب دب کر اوپر آجاتی ہیں۔ پانچویں دلچسپ نشانی یہ ہے کہ ساڑھے چار مہینے کے لگ بھگ پیٹ میں حاملہ کو ایسا لگتا ہے جیسے ہاتھ میں دیانی ہوئی زندہ چڑیا کا پتہ لگتا ہے، حمل کے آخری دو مہینوں میں مشانہ میں غارش ہوتی ہے اور جلدی جلدی پریشاب آتا ہے۔ یہ بات مشانہ پر رحم کے دباؤ کی وجہ سے ہوتی ہے جو پہلے ہفتوں میں رحم کے آگے بھکنے اور بڑھنے کی وجہ سے ہوتا ہے اور آخری دو ہفتوں میں جنین کے فائز میں نیچے اترنے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ پٹھوں وغیرہ کے الٹ بھیر سے جڑ چڑاپن، ڈر، نہ کھانے والی چیزوں کو کھانے کو جی چاہنا، خصوصاً مٹھا وغیرہ، یہ سب باتیں صرف قیاس کی ہیں۔ لیکن ان باتوں سے زیادہ کاملاً حمل کا شبہ پیدا کر سکتا ہے۔ حمل کی مزید شناخت کے لیے ایک تجربہ کار دایہ

رحم کے منہ اور گردن کا معاوضہ کر کے حمل کے متعلق صحیح رائے دے سکتی ہے چنانچہ حمل کے پانچویں یا چھٹے مہینے رحم کی گردن اندام نہانی میں نکلی ہوئی محسوس ہوتی ہے، **عشق الرحم** پھیل جاتی ہے اور ملائم ہو جاتی ہے۔

اگر ذایہ رحم کی گردن میں انگشت رکھ کر آہستہ سے دھکیلے تو وہ حرکت محسوس کرتی ہے مگر یہ علامت پانچویں یا چھٹے ماہ میں معلوم ہو سکتی ہے اس سلسلہ میں بعض کی حالت لڑکے کے حمل والی عورت میں تیز صاوت اور باقاعدہ ہوتی ہے، اور لڑکی کے حمل والی عورت میں نبض کی حرکات میں بے قاعدگی اور بھاری پن ہوتا ہے۔

بعض عورتوں کو اور نمتحن کو تمام ایام حمل میں جنین کی حرکت محسوس نہیں ہوتی۔ حرکت محسوس کرنے کی بہترین ترکیب یہ ہے کہ نمتحن اپنے ہاتھ کو سرد پانی سے تر کر کے شکم حاملہ پر رکھے۔ اس سے پیچہ حرکت کرنے لگتا ہے، حمل کے پانچویں ماہ شکم حاملہ پر آلہ استیٹھ سکوپ (سینہ بین) لگانے سے دل کی حرکت کی آواز سنائی دیتی ہے، جو شمار کی جا سکتی ہے، یہ آواز حاملہ کے دل کی آواز سے مختلف ہوتی ہے۔ حاملہ کے دل سے یہ حرکت تیز ہوتی ہے۔ کیونکہ جنین کا قلب زیادہ تیزی سے حرکت کرتا ہے۔

حمل کی شناخت کے لیے لہسن کی ایک پھلی چھیل کر رات کو اندام نہانی میں رکھیں۔ اگر صبح لہسن کی بو محسوس نہ ہو تو سمجھو حمل نہیں ہے۔ اگر بو محسوس ہو تو سمجھنا چاہیے کہ حمل ہے۔

حمل کی چھ قسمیں

۱. **حمل طبعی** :- عورت کے اندھے دینے اور اس کے بازدار ہو کر چوتھ رحم میں پرورش پانے کا نام حمل طبعی یا حمل صادق ہے۔
 ۲. **حمل غیر طبعی** :- اگر عورت کا اندھ بازدار ہو کر رحم میں جانے کی بجائے پردہ صفاق یا حیض میں چلا جائے اور اس کی بڑھوتری وہیں ہو تو اس کو حمل غیر طبعی کہتے ہیں، اس قسم کا حمل خطرناک ہوتا ہے۔
 ۳. **حمل بسیط** :- اگر مولود ایک ہی ہو تو حمل بسیط ہوتا ہے۔
 ۴. **حمل توام** :- اگر دو مولود ہوں تو یہ حمل توام ہوگا۔
 ۵. **حمل مختلط** :- اگر مولود کے علاوہ اور کئی غیر جنسی چیز پائی جائے تو یہ حمل مختلط ہوگا۔
 ۶. **حمل کاذب** کبھی حمل صادق یا غیر جنسی چیز یا خون حیض رگک جانے سے جس میں شاذ و نادر جان بھی بڑھ جاتی ہے۔ حمل ہو جاتا ہے، اس میں خون حیض بھی بند ہو جاتا ہے اور پیٹ بھی بڑھ جاتا ہے۔ اس مرض کو بعض لوگ کورنگ بھی کہتے ہیں۔
- حیض کی بڑھوتری**
- جب نطفہ یعنی تخم بچہ دانی میں پہنچ کر ٹھہرتا ہے تو ماں کا خون اس کی بڑھوتری کے لئے اس تک پہنچنا شروع ہو جاتا ہے اور اس خون کے پہنچنے سے رحم کی

جھلی نرم ہونے اور پھولنے لگتی ہے اور نطفہ کو اپنے اندر محفوظ کر لیتی ہے۔ اور غلاف کی طرح اس پر چھا جاتی ہے۔ اب نطفہ کی بڑھوتری ہوتے گتی ہے اور ساتھ ساتھ بچہ دانی کی جھلی بھی پھولتی جاتی ہے۔ تاکہ جنین کے بڑھنے میں کسی قسم کی رکاوٹ نہ ہو۔ **اب ہمیں ایک مہینے سے لے کر نو مہینے تک جنین کو دیکھنا ہے**، چنانچہ ایک مہینے کا جنین **آٹھ** اینچ کے لگ بھگ لیا بہت ہی ٹیڑھا سا ہوتا ہے اور اس کا وزن **۱۱** ماشہ کے لگ بھگ ہوتا ہے، دماغ اور حرام مغز لپٹ کر بند ہو چکے ہوتے ہیں، آنکھ، کان، ہاتھوں اور پیروں کے نشان بن جاتے ہیں۔ دل چار خانوں میں بیٹنے کے لگ بھگ ہونے لگتا ہے۔ دو مہینے کے جنین کی لمبائی ایک اینچ اور وزن چار ماشہ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ سر کی شکل انسانوں جیسی، دم غائب اور ہاتھ پیر دکھائی دینے لگتے ہیں، آنکھوں اور کانوں کو پہچانا جا سکتا ہے عضو تناسل اور مقعد معلوم ہوتے ہیں۔ لیکن بڑے اور لڑکی کی پہچان مشکل سے ہو سکتی ہے۔ تین مہینے کے جنین کی لمبائی ساڑھے تین اینچ اور وزن تین ماشہ کے لگ بھگ ہوتا ہے، نال میں بل پڑنے لگتے ہیں، آنتیں پیٹ میں ہوتی ہیں لڑکے اور لڑکی کی پہچان صاف دکھائی دیتی ہے۔ بدن پر مہین مہین روئیں دکھائی دیتے ہیں۔ پانچ مہینے کے جنین کی لمبائی سات یا آٹھ اینچ اور وزن ساڑھے آٹھ اونس کے لگ بھگ ہوتا ہے سرنیٹا بڑا اور بدن پر ایک سفید قسم کا چکنا پنیر کی طرح کا مادہ ہوتا ہے۔ نال ایک فٹ کے لگ بھگ ہو جاتی ہے، چھ مہینے کے جنین کی لمبائی بارہ اینچ اور وزن اڑھائی پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے جلد کے نیچے چربی پیدا ہو جاتی ہے اور سر بر بال نکلنے لگتے ہیں۔ سات مہینے کے جنین کی لمبائی ساڑھے چودھ

ایچ اور وزن اڑھائی پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ آنکھ کے پپوٹے کھٹے، غنائے ہر بی غائب، تمام بدن پر روئیں نکل آتے ہیں۔ آنتوں میں تھوڑی سی کالک لئے ہرا مادہ ہوتا ہے۔ جس کو عقی رمیکونیم کہتے ہیں۔ اس وقت جنین پیدا ہونے کے بعد مشکل سے **جی** سکتا ہے، آٹھ مہینے کے جنین کی لمبائی سولہ انچ اور وزن ساڑھے تین پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ سر پر بال ہوتے ہیں۔ ناخن تھوڑے سے بڑھ جاتے ہیں۔ لیکن پوری انگلیوں کے سرے تک نہیں پہنچ پاتے۔ اس وقت جنین اُن تھک محنت کے بعد جی سکتا ہے، نو مہینے کے جنین کی لمبائی ساڑھے سترہ انچ اور وزن ساڑھے پانچ پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ رملہ کے نیچے چربی پائی جاتی ہے۔ لہذا چہرہ اور بدن پر چھریاں بہت کم ہوتی ہیں اور دسویں مہینے کے جنین کا وزن سات پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے، ناخن انگلیوں کے سرے تک پہنچ جاتے ہیں۔ جلد کارنگ گلاب کی طرح ہوتا ہے، بدن پر دو تگٹے کم اور پنیر جیسا مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ جنین کے خبیٹے صغیر میں اترتے ہیں جنھنقر یہ کہ جنین ہر طرح سے پورا ہو چکا ہوتا ہے عاں طوڑ پر جنین چھوٹا ہوتا ہے۔

پس ماں بننے والی ہر عورت کو چاہیے کہ حمل کے دنوں میں وہ نفسیانہ نصورات اور منظرات مہیبہ اور تخیلات فاسدہ سے دور رہے۔ اور خیالات و حالات پاک اور صاف رکھے۔

حمل کے چھٹے مہینے کے بعد حاملہ کو اپنے پستان کی صفائی کی طرف خاص توجہ دینی چاہیے۔ کیونکہ دوران حمل میں پستانوں سے ایک قسم کی رطوبت مترشح ہوتی ہے اور سر پستان کے ارد گرد جمع ہو کر سوکھ جاتی ہے۔ اگر اس رطوبت کو

اسی جگہ رہنا دیا جائے تو پاکستان میں درد اور سرپستان کے ارد گرد کی جلد شق ہو جاتی ہے۔ اس تکلیف سے بچنے کے لیے حاملہ کو روزانہ بورک لوشن اور پاک و صاف روئی سے سرپستان کو اچھی طرح سے دھو کر مکھن یا صاف ویزلین لگا دینا چاہیے۔ نیز حاملہ کو چاہیے کہ حمل کے آخری دنوں میں سرپستان کو انگلی اور انگوٹھے سے ذرا کھینچتی رہے تاکہ وہ یاہرا بھرا آئیں اور بچہ ان کو آسانی سے منہ میں لے کر چوس سکے۔ سرپستان کی میل کو صاف کرنے کے لیے نیم کے پنے ۵ گرام، ۱۰۰ گرام پانی میں ابالیں اور صاف روئی سے سرپستان کو اچھی طرح صاف کریں۔ بعد میں اوپر سرسوں کا تیل لگا دینا بھی مفید ہے۔

استقاط حمل، ایبارشن

(ABORTION)

تعریف مرعہ:۔ حمل کی طبعی مدت تقریباً نو مہینے اور کچھ دن ہوتی ہے۔ جب جنین مقررہ مدت سے پہلے ہی رحم سے خارج ہو جاتا ہے، تو استقاط حمل کہتے ہیں۔ حمل گرنے کا خطرہ حمل قائم ہونے سے بچہ پیدا ہونے تک کسی وقت ہو سکتا ہے لیکن اس کا زیادہ خطرہ تیسرے ماہ تک ہوتا ہے۔ اس کے بعد حمل کے بختہ ہونے کے باعث اس کے گرنے کا اندیشہ بہت کم ہوتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے اتویں مہینے میں حمل گر جائے تو بچہ عموماً زندہ رہتا ہے۔ اور سات ماہ سے کم ماہ کا جنین عموماً زندہ نہیں رہتا۔

عمل گرانا قانوناً جرم ہے اور کبھی عمل گرانے کی کوشش نہیں کرنی چاہیے۔
لیکن بعض حالتوں میں جب دو تین مستند معالج متفق ہوں کہ مریضہ کی زندگی بچانے کے لیے اسقاطِ حمل ضروری ہے۔ مثلاً حمل میں مراہوا پیکر ہو، پیرسوت کا درد ہو اور پیکر باہر نہ آتا ہو، مرے ہوئے بچے کی زہر پھیل جانے سے عورت کے مرنے کا ڈر ہو یا حمل نہ گرنے سے عورت کو خطرناک امراض لاحق ہو جانے کا اندیشہ ہو، ان حالات میں مستند ڈاکٹروں کی صلاح سے مریضہ کی زندگی بچانے کے لیے ایسا کیا جاسکتا ہے۔ ان حالتوں کے علاوہ حمل گرانا بھاری جرم ہے۔

وجوہات

اچھلنا، کودنا، زمینے پر چڑھنا، دہشت، کثرتِ مجامعت، رنج و غم، افکار و آلام کی زیادتی، مسہلات یا تھلے لانے والی اور خیالات کا استعمال، امراضِ رحم، عام کمزوری اور خون کی کمی، گرم اور ثقیل چیزیں کھانا، چوٹ لگنا، بھاری بوجھ اٹھانہ، بچولے والی سواروں میں سفر کرنا، اراداً حمل گرانا، قانون کے مطابق جرم ہے، اور بعض خاص امراض مثلاً چیچک، خسرہ شدید، میسریا، نمونیہ، سل، شدید کھانسی وغیرہ۔ بعض عورتیں بلا کسی خاص سبب کے اسقاطِ حمل کی عادی ہوتی ہیں، اس صورت میں عموماً تیسرے چوتھے مہینے اسقاطِ حمل ہو جایا کرتا ہے۔

علامات

اسقاط سے پہلے عورت سست اور بے چین رہتی ہے، مگر، پیٹ اور رانوں میں تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد درد ہوتا ہے جو آہستہ آہستہ بڑھ جاتا ہے اور پیکر دانی سے خون جاری ہو جاتا ہے، بعض عورتوں کو اسقاط کے وقت متلی ہوتی ہے

یا تے آجاتی ہے۔ بعض کو خون کم آتا ہے بعض کو اتنا زیادہ آتا ہے کہ موت کا خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ پچہ دانی سے خون پہنے لگتا ہے، خصوصاً جب کہ دوسرے یا تیسرے مہینے کا عمل ساقط ہو رہا ہو، پستان نرم ہو جاتے ہیں، ان کی جسامت فوراً گھٹ جاتی ہے، اندام نہانی کشادہ اور ڈھیلی ہو جاتی ہے۔ رحم اپنے مقام سے نیچے کی طرف مائل ہو جاتا ہے۔ رحم کا منہ اس قدر کھل جاتا ہے کہ انگشت اندر جا سکتی ہے۔

علاج

اسقاط حمل سے اس قدر قیمتی جانیں ہر سال منائع ہوتی ہیں کہ ان کی تعداد اموات اطفال سے بھی زیادہ ہے، بعض عورتوں کو ایک یا دو بار اسقاط حمل ہو جاتا ہے تو ان کا حمل ہر بار گرنے کی ایک عادت سی ہو جاتی ہے جس سے ایک تو اولاد پیدا نہیں ہوتی، دوسرے عورت کی صحت پر نہایت بُرا اثر پڑتا ہے۔ اسقاط حمل روکنے کے لیے فوراً ہی کسی لائق طبیب یا طبیبہ کو بلا لیا جائے معالج کو پہلے چار پائی کو پاؤں کی طرف سے چھ سات انچ اونچا کر دینا چاہیے تاکہ مریضہ کے خون کا بہاؤ سر کی طرف ہو۔

لیڈی ڈاکٹر یا طبیبہ کا پہلا فرض یہی ہونا چاہیے کہ حمل کو بچا لیا جائے اور اس کے لیے علاج میں پوری کوشش ہونی چاہیے، اگر ایسی حالت ہو جائے کہ حمل کو بچایا نہ جاسکتا ہو تو فوراً ہی بذریعہ آئیریشن پچہ دانی کو صاف کر کے عورت کی زندگی بچانی چاہیے اور ایسی حالت میں دیر نہ کریں اور لیڈی ڈاکٹر کو مریضہ کو زیر علاج لیتے وقت اسپیک (ASREPTIC) کا بہت دھیان رکھنا چاہیے، اپنے اوزاروں اور

جو کبیرا بھی استعمال کیا جائے وہ بھی کسی انٹی سپٹک لوشن میں بھگو کر خشک کر
یا گیا ہو۔

۹ اسقاط حمل کو روکنے کے لیے ایسی ادویات جن کا ذکر کثرت حیض میں بیان
کیا گیا ہے۔ بہت مفید ہیں۔ اس کے علاوہ جین کی حفاظت کے لیے وٹامن ائی
کا بصورت گولی استعمال مفید ہے۔

مستقبل میں اسقاط حمل کی عادت کو روکنے کی تدابیر میں سے ایک یہ بھی
ہے کہ حمل ضائع ہو جانے کے بعد مریضہ کو کئی دن تک کسی قسم کی نقل و حرکت نہ
کرنی چاہیے۔ عام طور پر عورتیں اسقاط حمل کے دو چار دن بعد ہی چلنے پھرنے لگتی ہیں
یہ سراسر مضر صحت ہے۔

جن عورتوں کو اسقاط حمل کی عادت ہو، ان کے متعلق معالج کو خاص توجہ سے
تشخیص مرض کی ضرورت ہے۔ دایہ کا اندازہ سے اندرونی حالت بھی معلوم کی جا
سکتی ہے اور پھر قح سبب سے کام لیں۔

عادی اسقاط میں سب سے بڑا علاج خلق کے بعد عورت اور مرد کا بالکل علیحدہ
رہنا ہے، پیٹ پر ہلکا سا دھاگا باندھنا بھی اسقاط حمل کو روکتا ہے، بشرطیکہ عورت
ہر اس بات کا اثر ڈالا جائے کہ یہ دھاگا کسی بزرگ نے دیا ہے اور اس سے اسقاط
حمل ہرگز نہ ہوگا، ایسے دھاگے آٹھ مہینے گزر جانے پر کھول دینا چاہیے۔ اس سلسلہ
میں اگر مغز کرمچہ سالم سات دایہ سرخاریشی ڈورے میں پرو کر حاملہ عورت کی کمر
میں باندھیں تو اسقاط حمل سے محفوظ رہے گی۔ محافظ حمل کے کچھ عرصہ متواتر استعمال
سے حمل گرنے کا خطرہ نہیں رہتا اور بطور حفظ ما تقدم حاملہ کو حمل کے دوران کھلانے

سے زچہ اور بچہ دونوں کے لیے نائدہ مند ہے۔

استقامتِ حمل روکنے کے لیے مندرجہ ذیل نسخہ جات مفید ہیں۔

۱۔ تخم شونگی چاند نے پکنس میں لے کر عورت کے سایہ سے بچا کر سایہ میں

خشک کر لیں، روزانہ دو دانہ علی الصبح باس پانی سے کھلائیں، اولاد

زینہ صاحب عمر پیدا ہوگی۔

۲۔ برادہ دندان نیل، سپاڑی، گل انار، ابریشم مقررین ہر ایک ایک ماشہ

مرجان، شاخ مرجان، یشب، صدف مرواریدی سوختہ، دھنیا خشک

عود ہندی، کباب چینی، گل ارمنی ہر ایک دو ماشہ کوٹ کر سہ چند کھاندہ

کے قوام میں مچھون تیار کریں۔ اور حمل کے جن دنوں میں استقامتِ حمل ہوتا ہو

اس سے چالیس یوم پہلے دو سے تین ماشہ روزانہ دیں۔

۳۔ مرداریدہ ناسفتہ، شاخ مرجان سوختہ، سندیل سفید و سرخ، طباشیر، مازر

ابریشم مقررین، عودہ ایب، ددوئح عقربی، زنج انجبار، گل ارمنی ہر ایک

۹ ماشہ، مغز تخم تر بوز تخم خرد منقشر ہر ایک دو در ماشہ، ورق طلا بیس عدد

ورق چاندی پچاس عدد ان کو ساٹھ تولہ مصری کے قوام میں بطریق معرذنا

مچھون تیار کریں اور دو سے تین ماشہ عرق گلاب چار تولہ، عرق بید مشک

چار تولہ کے ہمراہ چالیس دن استقامتِ حمل کی مدت سے پہلے دیں۔

ولادت (Delivery)

اس عتقار حمل سے نو مہینے اور دس یا رہ دن کے بعد پورے دن ہوتے ہیں۔ ان دنوں میں حاملہ عورتوں کو وضع حمل یعنی بچہ پیدا ہو جاتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں وضع حمل کا مطلب یہ ہے کہ انڈہ یعنی جنین کی پوری بڑھوتری کے بعد ماں کے رحم سے الگ ہو جانا، یہ وقت حاملہ کے لیے بہت نازک ہوا کرتا ہے اگر ولادت کے وقت کامل احتیاط نہ کی جائے تو حاملہ کی زندگی سمیت خطرے میں پڑ جاتی ہے۔ لیے وقت کے لیے دایہ نہایت ہوشیار اور سمجدار ہونی چاہیے جو ولادت خانے کی ضروری باتوں سے بخوبی واقف ہو، علاوہ ازیں دایہ تندرست اور توانا ہونی چاہیے۔ نیز دایہ کسی متعدی مرض میں مبتلا نہ ہو اور دایہ کے ناخن کٹے ہوئے ہوں اور انگلیاں و ہاتھ باسکل صاف ہوں، ولادت کے وقت زچہ کے پاس عورتوں کا ہجوم نہ ہونا چاہیے۔ دو تین ہوشیار معمر عورتیں اور دایہ کی موجودگی کافی ہے، ولادت کے وقت زچہ اور دایہ دونوں کا امراض میں مبتلا ہو جانے کا سمیت خطرہ ہوتا ہے۔

وضع حمل کو سمجھنے کے لیے تین جگہ بانٹ لیا جاتا ہے۔ اس طرح پہلا درجہ اصلی دردوں سے شروع ہونے سے لے کر بچہ دانی رحم کی گردن کے پورے پھیلنے تک، دوسرا درجہ رحم کی گردن سے پورے پھیلنے سے لے کر جنین کے پیدا ہو جانے تک اور تیسرا درجہ جنین کے پیدا ہونے سے لے کر مشیمہ کے نکل جانے

تک مانا گیا ہے . پہلا درجہ

اس میں درد ہوتا ہے، یہ وہ درد ہے جو کہ ولادت کے وقت کے درد سے لے کر بارہ سے اٹھارہ گھنٹہ تک رہتی ہے۔ اس وقت بچہ دانی رہ رہ کر سکتی ہے یہ درد پیٹھ سے شروع ہو کر کمر سے ہوتی ہوئی ٹانگوں تک پھیلتی ہے۔ اس عرصہ میں وہ تھیلی جس میں بچہ ہوتا ہے، بچہ دانی سے علیحدہ ہو جاتی ہے، اس درجہ سے خون اور آلائش مل کر باہر نکلنے میں۔

اس درجہ میں حاملہ سے کہا جائے کہ وہ ٹھہرتی رہے۔ ایسا کرنے سے بہن اور رطوبت بنوسی کا وزن بچہ دانی کی گردن پر زیادہ پڑتا ہے۔ اس سے رحم میں سکڑاؤ پیدا ہوتا ہے اور رحم کی گردن پھیلنے میں آسانی ہو جاتی ہے، مریضہ کو زور دینے سے منع کیا جائے۔ مریضہ سے پیشاب کرنے کے لیے کہا جائے یا کینٹن ٹرسے پیشاب نکالا جائے۔ چائے قہوہ یا دودھ وغیرہ تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد دیا جائے۔

دوسرا درجہ

پہلے درجہ کے شروع ہونے سے خون و آلائش کے نکلنے کے بعد ایک سے تین گھنٹہ تک رہتا ہے۔ اس درجہ میں درد زیادہ ہو جاتا ہے، اس وقت بچہ دانی کا سکڑنا بھی زیادہ ہو جاتا ہے اور اسے برداشت کرنے کے لیے حاملہ کو کسی سہارا کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس وقت حاملہ کو کھانا پھل چاہیے۔ اس سے قدرے آرام معلوم ہوتا ہے۔ اس درجہ میں بچہ کا سر اور ہیل دیونی سے باہر آ جاتا ہے۔ اگر بچے کے نکلنے میں دیر ہو تو پھر یہ کام کئے جائیں۔

- ۱۔ سلجھے ہوئے ڈھنگ سے قاع رتھم پر بھکا دیا ڈال جائے۔
- ۲۔ بچے کی بفل میں انگلی ڈال کر آہستہ سے کھینچا جائے۔
- ۳۔ بعض دفعہ جنین کے سر کو بھی کھینچنے کی کوشش کی جاتی ہے لیکن جہاں تک ممکن ہو، ایسا نہ کرنا چاہیے۔ کیونکہ جنین کی گردن کے پٹھوں کے خراب ہونے کا ڈر رہتا ہے۔

جس وقت سارا بچہ باہر نکل آئے تو سب سے پہلے منہ اور نتھنے صاف کئے جائیں۔ اور بچے کی ناف سے **دوا** کے لگ بھگ دو ایک مٹیوں اور صاف ڈرے سے کس کر پانڈہ دی جائے۔ **دوسری** گرہ عورت کی یونی کے پاس یا اس سے ملا کر مال میں اس طرح لگائی جائے کہ بچے کی ناف کے پاس والی گرہ سے نصف انچ باہر کے لگ بھگ تین صاف تینچی سے کاٹ **دیا جائے** اور فوراً ہی کٹے ہوئے سرے پر ٹنگ کر آلودہ دین لگا دیا جائے، بعد میں بھی خون کو روکتے رہنا چاہیے۔ جب خون بند ہو جانے کا یقین ہو جائے اس وقت چھوڑ دینا چاہیے۔ نال پر گرہ لگانے کا ایک قاعدہ یہ بھی ہے کہ مشیمہ اپنی جگہ سے اکٹڑ کر نیچے آتا ہے تو مال بھی نسبتاً زیادہ باہر نکل آتی ہے اور گرہ بھی عورت کے بدن سے زیادہ دور ہو جانے سے بچپانے میں مدد ملتی ہے۔ اس وقت بچے کو گرم فلائین سے لپیٹ کر رکھنا چاہیے۔ بچے کو بائیس کر دس پر ٹانے سے بلغم دینرہ کے نکلنے میں آسانی ہو جاتی ہے۔ اس کے بعد زچہ کے شفران کو الگ کر کے نیز روشنی میں بلبیبہ کو معائنہ کرنا چاہیے۔ نیز سیون اور یونی (ہبل) کی پھیلی دیوار کا بھی طبی معائنہ زچہ کو چت لٹا کو ضرور کیا جائے اگر سنگان ہو گیا ہو تو ٹانے لگا دیئے جائیں، دوسرا درجہ پہلے حل دالی عورت میں دو گھنٹہ اور زیادہ

حل والی عورتوں میں ڈیڑھ گھنٹہ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔

تیسرا اور چہرہ

یہ درجہ آدھے سے ایک گھنٹہ تک لیتا ہے اور اس درجہ میں دوئم درجہ کی نسبت حاملہ کو قدرے آرام ملتا ہے، اور تھوڑی دیر کے بعد درد کی لہریں پھر شروع ہو جاتی ہیں اور اب کے تمام بچہ بچہ دانی سے باہر آجاتا ہے۔

یہ درجہ بچے کے پیدا ہونے کے بعد سے لے کر مشیمہ کے نکلنے تک مانا گیا ہے۔ اس درجہ میں زچہ کو چیت لینا چاہیے کہ طبیعہ اپنا اثا ہا تھ قاع الرحم پر دھیرے سے رکھے اور ہاتھ کے اندر دنی کنارے کو پیٹ میں گاڑ کر قاع الرحم کے پچھلے حصہ تک پہنچا کر بچہ دانی کو ہاتھ میں پکڑے۔ اس سے رحم کی جسامت بڑھنے اور نرم ہونے کا اندازہ ملتا ہے، یہ سب باتیں رحم میں خون بہنے کی ہوتی ہیں، جن کا جلدی سے جلدی معلوم کر لینا اچھا ہے، اگر ضرورت ہو تو اس وقت قاع الرحم کو ہلکے ہاتھوں سے مل کر دبایا جا سکتا ہے۔

اب ہمیں وہ باتیں دیکھنا ہیں جن سے ہمیں یہ یقین ہو جائے کہ مضمیمہ رحم کی

دیوار سے اکثر چپکے ہے۔

۱۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ جب ایسا ہوتا ہے تو فحتمہ المہبل کے باہرناں کی لمبائی سوائی ہو جاتی ہے۔

۲۔ رحم پیٹ میں نسبتاً اونچا اٹھ جاتا ہے۔

۳۔ رحم کی شکل گول ہو جاتی ہے اور قوام نسبتاً سمٹ، ساتھ ہی حرکت زیادہ ہو جاتی ہے۔

۳۔ تھوڑا بہت خون نکلتا ہے۔

۵۔ اگر رحم پر دباؤ ڈال کر تھوڑا دیا جائے یا اوپر کھینچا جائے تو نال ساتھ نہیں کھینچتی۔

۶۔ وریدوں میں کمی ہو جاتی ہے۔

کبھی مشیمہ رحم کی دیوار سے الگ ہو کر بچہ دانی کے گڑھے یا مہبل ریونی میں کچھ دیر کے لیے ٹھہر جاتا ہے، اگر رحم میں پوری سیکٹرن ہو رہی ہو، تو اسے ہاتھ کی انگلیوں سے قاع الرحم کو نکل کر نیچے اور پیچھے دبا یا جائے، یہ کام اس وقت کیا جائے جب رحم سکڑ رہا ہو اور اس سے مشیمہ مہبل سے باہر نکل آتا ہے، مشیمہ کے باہر نکل آنے کے بعد سیدھے ہاتھ پر لے لیتا چاہیے، زمین پر گر گرنے نہیں دینا چاہیے، اس وقت یہ احتیاط بڑی ضروری ہے کہ مشیمہ یا اس کا کوئی حصہ وغیرہ ٹوٹ کر اندر نہ رہ جائے۔ اس لیے اگر ممکن ہو تو قاع الرحم پر دباؤ کے لیے مددگار سے کہا جائے اور خود ہی مشیمہ کو اپنے دونوں ہاتھوں پر لیا جائے، جوں جوں مشیمہ باہر نکلتا جائے، آہستہ آہستہ دونوں ہاتھوں میں لے کر گھمایا جائے، جب تک بچہ دانی سکڑنی شروع نہ ہو جائے۔ اس وقت تک قاع الرحم پر سہارا رکھا جائے، جب مشیمہ باہر نکلتا ہے تو چھتری کی طرح الٹا ہوا ہوتا ہے۔

وضع حمل کے لیے ضروری ہدایات

طبعی وضع حمل کے لیے جہاں تک انتظام کا تعلق ہے، تو اس کے لیے سب سے پہلی ضروری چیز عددی یا انفکشن پہنچنے کے امکانات کو ختم کرنا ہے، یعنی تمام دوائیں، اوزار، کپڑے، لیا س، کمرہ، چار پائٹی اور دیگر ضروری چیزوں کا پاک و

صاف استعمال ہونا ضروری ہے، ٹھیک اسی طرح خود حاملہ کے تمام ایدے خصوصاً متعلقہ بناوٹوں کی صفائی طبی اور حیاتی نقطہ نظر سے ضروری ہے، چنانچہ وضع حمل سے پہلے حاملہ کی مہیل (یونی) کے بال وغیرہ خوب صاف کئے جائیں اور حسب ضرورت دواؤں سے ڈوش کئے جائیں، کمرہ خوب بڑا، روشن اور مہادار ہو، تمام غیر ضروری سامان کمرے سے الگ کر دیا جائے۔ مثلاً تصویریں پر دے، فرنیچر وغیرہ وغیرہ چارپائی لمبی، چوڑی اور تہی ہوئی ہو، بستر کی چادر اور گدے موم ہالہ کے ہونے چاہئیں۔

حقتہ دینے کی پچکاریاں، بند گانے کی ڈوریاں، صاف کرنے کا سامان اور کئی ٹوٹیاں، زمانہ کیتھی ٹر، عام قینچیاں، شریانی چٹیاں، انجکشن سرزنج، رٹز کے دستانے، بڑے پیالے جن میں بورک ایسڈ کا محلول اور روٹی گاڑ وغیرہ رکھا جاسکے، بڑے جگ، اُبلتا ہوا گرم پانی، نیز یہ سب چیزیں بالکل اسی طرح پاک و صاف کی جائیں جیسے کسی بڑے آپریشن کے لیے کی جاتی ہیں۔

وضع حمل کے سلسلہ میں سب سے پہلے حاملہ کو مزاج کے مطابق غسل دیا جائے، جو کہ پہلے ہی کر لینا اچھا ہوتا ہے، اسی وقت زیر ناف بال صاف کئے جائیں اور پھر اس مقام پر ٹنکچر آیو ڈین یا مرکب و کریم کا محلول وغیرہ لگا دیا جائے۔

ہسبلی امتحان سے پہلے طبیہ کو ہمیشہ ہاتھوں کو اچھی طرح مٹھر رٹز کے دستانے پہن لینے چاہئیں۔ اب مہیل کے باہر والے حصے کو انٹی سٹیک دوا کے محلول سے دھویا جائے، پھر دونوں سے سامنے سے پیچھے کی طرف صاف کیا جائے، وضع حمل شروع ہونے سے پہلے حاملہ پیشاب کرے یا پھر حقنہ اور کیتھی ٹر استعمال میں

لائے جائیں۔

و صبح حمل کے وقت زچہ کو بہت صدمہ پہنچتا ہے۔ جس سے زچہ میں صندف طاری ہو جاتا ہے اور وہ بہت کمزور ہو جاتی ہے، اس لیے زچہ کو اس وقت بالکل آرام کرنا چاہیے۔ بچہ پیدا ہونے کے دس روز بعد تک زچہ کو بستر سے نہ اٹھنا چاہیے۔ **ورد رحم** سے خون جاری ہو جانے کا خطرہ ہوتا ہے نیز رحم بھی سکڑ کر اپنی اصلی حالت پر نہیں آتا بلکہ ہمیشہ کے لیے بڑھا رہ جاتا ہے جس سے اکثر عورتوں کے پیٹ بڑھے ہو جاتے ہیں۔ بچہ پیدا ہونے کے تین ہفتہ تک زچہ کو اپنا معمولی کام کاج بھی نہیں کرنا چاہیے۔ **ورد رحم** سے **امراض** پیدا ہو کر زچہ کو ساری عمر تکلیف کا خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔

بچہ پیدا ہونے کے ایک ماہ تک زچہ کو اپنے **رحم** پر ٹھنڈا پانی بھی نہ ڈالنا چاہیے اور نہ ہی ٹھنڈے پانی میں بھیگنا یا کام کاج کرنا چاہیے۔ **ورد نفاس** (لوکیا۔ Locia) بند ہو کر زچہ کے بیمار ہو جانے کا سبب خطرہ ہے، بلکہ ہاتھ منہ دھونے میں بھی گرم پانی ہی استعمال کرنا چاہیے۔ بچہ پیدا ہونے کے چھ گھنٹے بعد تک زچہ کو **پیشاب** آجانا چاہیے۔ اگر اس میں دیر لگے تو مہل (دوبہ جاتا) بوسینک کرنا چاہیے۔ بچہ پیدا ہونے کے ۲۴ گھنٹے بعد تک زچہ کو اجابت رٹھی، ہزدرا آنی چاہیے۔ اگر اس سے زیادہ دیر لگے تو کیٹر آئیل ایک سے ڈیڑھ ادنس تک مزاج کے مطابق نیم گرم گائے کے دودھ میں ملا کر زچہ کے پیٹ کو صاف کر دینا چاہیے۔ قبض ہرگز نہ ہونے دین۔ مریضہ کو حتمی نفاسیہ ایپور پیرل سپیشی میا

ایک لونس پانی میں ملا کر ایسی دوخوہ ایک دن میں چار پانچ روز تک پلائیں۔
 زچہ کو چھ سات گھنٹہ بعد بچہ کو دودھ پلانا شروع کر دینا چاہیئے۔ وضع حمل کے
 بعد تقریباً ایک ماہ تک زچہ کے رحم سے ایک رطوبت خارج ہوا کرتی ہے، جسے
 نفاس (لوکیا) کہتے ہیں۔ نفاس کھل کر آنا زچہ کی صحت کے لیے اشد ضروری ہے
 اور تندرستی و صحت کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ پہلے چار روز تک نفاس خون آمیز
 اور سُرخ رنگ کا ہوتا ہے، لیکن پانچویں دن سے نویں دن اس کی رنگت سبزی
 مائل ہو جاتی ہے۔ اس کے بعد گدے پانی کی سی ہو جاتی ہے اگر نفاس کم آئے یا
 جلد بند ہو جائے یا پید بردار ہو جائے تو اس سے زچہ کو پرسوت کا بخار ہو جاتا ہے
 جو شریٹو کا کس نامی جراثیم سے پیدا ہوتا ہے، ایسی حالت میں مقامی طود پر رحم میں انٹی
 سپٹک ادویات مثلاً ڈیٹول وغیرہ کا ڈوش طبیبہ کے مشورے سے کرنا چاہیئے اور
 سوزش رحم کے لیے رحم میں اکتھول گلیسرین کی بتی رکھنی چاہیئے، اس سلسلہ میں خوردگی
 طود پر سلفا ڈرگز مزاج کے مطابق چھ گولی تک روزانہ استعمال کرائی جاسکتی ہیں۔
 سلفا ڈایازین عمدہ دوا ہے۔

یونانی طریقہ علاج میں مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔

گل بنفشہ چھ ماشہ، گل سُرخ اصلی چھ ماشہ، سونف دیسی چھ ماشہ، پودست
 بیرونی املتاس کوفتہ چھ ماشہ، افسنتین رومی ایک ماشہ، ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دیں۔
 جب دوپھٹانک پانی رہ جائے تو قند سیاہ دگر مناسب ملا کر اور گھی دیسی کا تڑکا
 لگا کر رگھی دو تولہ سے کم نہ ہو، بطور چائے گرم گرم پلائیں، چند دنوں میں فائدہ عظیم
 ہوگا۔

نئے بچے کی پرورش

بچہ پیدا ہونے کے بعد جب اس دنیا نے فانی میں پہلا سانس لیتا ہے، اسی وقت سے اس پر انسانوں کے بنائے ہوئے قانون و اصول لاگو ہو جاتے ہیں۔ اور اسے طبی مشیروں اور مددگاروں کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس لیے یہاں پر چند ابتدائی باتیں تحریر کی جاتی ہیں۔ جس کی بچہ کو فوراً ضرورت پڑتی ہے۔

۱۔ بچہ پیدا ہونے کے فوراً بعد بلک کر رونا جس سے بچے کے پھیپھڑے میں حرکت ہوتی ہے اور ہوا بچہ کے اندر داخل ہوتی ہے جو اس کی زندگی کے لیے نہایت ضروری ہے، عام لوگوں میں رونے کی آواز سن کر مایوس کی لہر دوڑ جاتی ہے لیکن بچہ کا رونا خوشی کی علامت ہے۔ کیونکہ یہ علامت بچہ کے زندہ ہونے کی سب سے بڑی شناخت ہے۔

۲۔ بچہ کی نال کو کاٹنا اور حفاظت سے مضبوط باندھنا چاہیے، ورنہ بچے کے ضائع ہو جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔

۳۔ اس کے جسم پر لگی ہوئی رطوبت کو فوراً صاف کرنا یعنی غسل دینا جو بچہ کی صحت و تندرستی کے لئے نہایت ضروری ہے۔ غسل موسم کا لحاظ رکھتے ہوئے نیم گرم پانی سے دینا چاہیے۔

۴۔ بچہ کو شہد اور کیشر آئیل ملا کر چٹانا چاہیے تاکہ پانہانہ آکر پیٹ کی آلائش صاف ہو جائے جو بچہ کی صحت کے لیے ضروری ہے۔

۵۔ بچہ پیدا ہونے کے چند گھنٹوں کے بعد ماں اپنے بچہ کو دودھ پلائے، لیکن دودھ پلاتے وقت اپنی دونوں چھاتیوں کو گرم پانی سے دھو کر صاف کر کے

پھر بچہ کے منہ میں دے۔

بد قسمتی سے اگر بچہ کو ماں کا دودھ میسر نہ آئے تو ان ایادائوں کا دودھ دیا جائے۔
 دودھ خواہ کسی کا ہو، اصول حفظانِ صحت و اوقات کا خیال رکھنا چاہیے۔ مگر بد قسمتی
 سے ہمارے ملک میں یہ رواج عام ہے کہ جہاں بچہ رو یا، ماں نے اس کے منہ میں
 دودھ دے دیا، خواہ بچہ کسی ہی وجہ سے رو رہا ہو، یہ عمل بچہ کی صحت و تندرستی
 کے لئے نہایت تکلیف دہ ہے۔ حتیٰ کہ بڑے بچوں کے ساتھ بھی یہی سلوک
 کیا جاتا ہے، جہاں رو دیا اور روٹی کا ٹکڑا باتھ میں دے دیا۔ اور وہ چپکا ہو گیا۔
 حالانکہ یہ جانتے ہوئے کہ یہ طریقہ بچے کے لئے سحت نقصان دہ ہے، جو بچہ ماں
 کا دودھ پیتا ہے۔ اس کے لئے مقررہ اوقات پر دودھ پلانا نہایت ضروری ہے
 کیونکہ ان ہی اصولوں کی پابندی کی بنا پر بچہ کے وزن میں بڑھوتری ہوتی ہے۔
 اس سلسلہ میں مندرجہ ذیل اوقات کے مطابق دودھ پلانے سے بچہ مستمند
 اور تندرست رہتا ہے۔

دودھ پلانے کے اوقات کا نقشہ

عمر	بچے صبح سے بیکر ۹ بجے رات سے ۷ بجے صبح تک کتنی مرتبہ پیکم کو دودھ پلانا چاہیے۔	۹ بجے رات سے بیکر ۹ بجے صبح تک کتنی مرتبہ پیکم کو دودھ پلانا چاہیے۔	۲۴ گھنٹہ میں کتنی مرتبہ پیکم کو دودھ پلانا چاہیے۔
پہلا دن	چھ گھنٹے	ایک مرتبہ	چار مرتبہ
دوسرا دن	چار گھنٹے	ایک مرتبہ	پچھ مرتبہ
تیسرے دن سے ایک مہینہ	دو گھنٹے	دو مرتبہ	دس مرتبہ
پہلے مہینے سے تیسرے مہینے تک	اڑھائی گھنٹے	ایک مرتبہ	آٹھ مرتبہ
تیسرے سے پانچویں مہینے تک	تین مہینے	ایک مرتبہ	سات مرتبہ
چھٹے سے سال بھر کی عمر تک	تین گھنٹے	دو مرتبہ	پچھ مرتبہ
ایک سال سے دودھ چھڑانے تک		ایک مرتبہ	پانچ مرتبہ

- - مندرجہ بالا ہدایات اوقات کے مطابق بچے کو اگر دودھ پلایا جائے، تو مندرجہ ذیل نقشہ کے مطابق بچہ کے وزن کو بھی نوٹ کرتے جائیں۔
- - اگر اس کی بڑھوتری نقشہ ذیل کے مطابق ہو رہی ہو تو سمجھ لیں کہ آپ کا بچہ تندرست اور صحت مند ہونے میں ماں کے دودھ کو بڑا دخل ہے، کیونکہ بچے کے لیے ماں کے دودھ سے زیادہ کوئی دوسرا دودھ موافق نہیں پڑتا ہے۔
- - لہذا اس طرف سختی سے متوجہ ہوں اور کسی مستند معالج سے مشورہ کریں۔

www.iqbalkalmati.blogspot.com

عمر کے مطابق بچہ کی بڑھوتری کا نقشہ

عمر	وزن میں بڑھوتری	کل وزن
پہلا مہینہ	۱۳ اونس	۸ پونڈ
دوسرا مہینہ	۳۰ اونس	۹ پونڈ، ۱۴ اونس
تیسرا مہینہ	۲۷ اونس	۱۱ پونڈ، ۹ اونس
چوتھا مہینہ	۲۶ اونس	۱۳ پونڈ، ۳ اونس
پانچواں مہینہ	۲۶ اونس	۱۴ پونڈ، ۳ اونس
چھٹا مہینہ	۲۰ اونس	۱۵ پونڈ، ۱۲ اونس
ساتواں مہینہ	۱۷ اونس	۱۶ پونڈ، ۱۳ اونس
آٹھواں مہینہ	۲۳ اونس	۱۸ پونڈ، ۴ اونس
نواں مہینہ	۲۱ اونس	۱۹ پونڈ، ۱۰ اونس
دسواں مہینہ	۲۰ اونس	۲۰ پونڈ، ۱۴ اونس
گیارھواں مہینہ	۱۱ اونس	۲۱ پونڈ، ۹ اونس
بارھواں مہینہ	۷ اونس	۲۲ پونڈ

دودھ پلاتے وقت ماں کو چاہیے کہ جس طرف کا دودھ بچہ کو پلائے اسی
کرڈ لیٹ جاٹے اور بچہ کو اپنے ساتھ اس طرح چمٹائے کہ بھٹنی آسانی سے

بچہ کے منہ میں جا سکے۔ اس طریقہ سے ماں بھی نہیں تھکتی اور بچہ بھی آسانی سے دودھ پنی لیتا ہے۔ اگر دیر بھی لگ جائے تو ماں کو تکلیف محسوس نہیں ہوتی، ماں دودھ پلانے میں اس بات کا خاص خیال رکھے کہ بچہ کو سونے سے پہلے دودھ پیٹ بھر کر پلا دے تاکہ بچہ رات کو بار بار دودھ کی خواہش نہ کرے، کیونکہ ایسی حالت میں بچہ اور ماں دونوں کی نیند خراب ہوتی ہے جس سے بچہ کی صحت پر برا اثر پڑتا ہے، نیز یہ بھی اچھی طرح یاد رکھنا چاہیے کہ جب بچہ دودھ پیتا ہے تو سوا بھی اس کے پیٹ میں دودھ کے ساتھ ساتھ جاتی ہے جس سے اکثر بچے رات کو بے چین ہوتے ہیں اور روتے ہیں اور ننھے بچے کی پرورش کے اصولوں سے ناواقفیت کی وجہ سے اور لڑ پر دانی کی بنا پر بار بار اس کے منہ میں دودھ دیتی رہتی ہے جس سے بچہ تپ نہیں سوتا بلکہ زیادہ روتے ہیں۔ ایسی حالت میں ماں کو فوراً بچہ کا پیٹ ریکھنا چاہیے یا اگر بچہ اوپر کا دودھ پیتا ہے تو اس کا آٹکا لبتے جو عموماً بچہ کو پیدا سوتی رہتی ہیں۔ مندرجہ ذیل نسخہ سسی کا مشورہ میں اگر استعمال کر دیا جائے تو بچہ کی صحت و تندرستی بنی رہے گی۔

جنم گھٹی

جنم گھٹی کا مندرجہ ذیل نسخہ ننھے بچے کے امراض کے لیے امرت ہے۔
 گل بنفشہ، سناہ مکی، منخرامتا س ہر ایک دو ماشہ، پوسٹ ہلیہ زرد
 چھوٹی ہرٹ، ہارڈنگ، گل سرخ ہر ایک دو ماشہ، مویر منقہ، عناب، ہر ایک تین دانہ،
 سب کو تین چھٹانک پانی میں جوش دیں۔ جب نصف رہ جائے تو ذرا سی ترنجبین
 اور شکر سرخ ملا کر ذرا ذرا چٹائیں، ایک بار میں چھ ماشہ تک اور دن رات میں دو بار

چٹائیں، کافی ہے، اس سے پیٹ صاف ہو کر جگر، معدہ اور آنتیں اپنا ٹھیک کام کریں گی۔

عشر ولادت

تعریف مرض۔ بچہ باسانی غارغ نہیں ہوتا جس سے وضع حمل کے وقت عورت کو سخت تکلیف ہوتی ہے، بعض اوقات زندگی ختم ہو جاتی ہے۔ اگر پیٹ میں بچہ مر جائے تو بہت مشکل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

وجوہات

- ۱۔ حاملہ کی کمزوری، خوف، پہلی دفعہ بچہ جنم میں گھبراہٹ، حد سے زیادہ موٹاپا، (جس سے بچہ مشکل سے غارغ ہوتا ہے) حد سے زیادہ نازک مزاجی۔
- ۲۔ بچہ کا حد سے زیادہ موٹا ہونا، حد سے زیادہ کمزور ہونا، بچہ دانی کی پکڑ میں نہ آسکے، بچہ کا دوسرا والا ہونا یا زیادہ ٹانگوں والا ہونا، بچہ دانی میں ایک سے زیادہ بچوں کا ہونا، (جو ایک دوسرے کے نکلنے میں رکاوٹ ڈالتے ہیں) بچہ کی پیدائش غلط طریقہ سے ہونا یعنی پہلے بازو یا ٹانگہ وغیرہ کا باہر نکلنا،
- ۳۔ بچہ دانی کا چھوٹا ہونا، بچہ دانی میں رطوبت نہ ہونا، (جس سے بچہ پھسل کر نہ نکلے، بچہ دانی کا اورم، بچہ دانی کے زخم، بچہ دانی کی بوا سیر، بچہ دانی کی کمزوری وغیرہ)

- ۴۔ میٹھم کا حد سے زیادہ موٹا ہونا (جس سے وہ نہ پھٹ سکے اور بچہ نہ نکلے) یا وقت سے پہلے پھٹ جائے، جس سے بچہ کو پھسلا کر نکالنے والی رطوبات

خارج نہ ہوں۔

- ۵۔ پتھری، مثانہ، پیشاب کی بندش، پیٹ یا پیٹرو میں رسولی وغیرہ، جس سے **بچہ دانی** کے منہ پر دباؤ پڑنے سے بچہ یا سانی خارج نہیں ہو سکتا ہے۔
- ۶۔ مدت حمل کے مکمل ہونے سے پہلے بچہ کا نکلنا۔
- ۷۔ بعض دفعہ **دایہ کی غلطی** سے بچہ کی پیدائش میں دیر ہو جاتی ہے۔
- ۸۔ سخت سردی جس سے **اعضائے دلدات** نہ کھل سکیں، سخت گرمی سے جس سے طاقت کمزور ہو جائے، سخت غم و فکر جس سے بچہ کی پیدائش میں دیر ہو جاتی ہے۔

علاج سے یا تو تکلیف دور ہو جاتی ہے یا کبھی سانس کی تنگی سے سینہ اور پھیپھڑے کی رگیں ٹوٹ جاتی ہیں اور کھانسی میں **خون آنے** لگتا ہے، کبھی شدت سے **اعصاب و عضلات** منقطع ہو جاتے ہیں، **تشنج** و کزاز ہونے لگتا ہے۔ شدت مرض میں کبھی پیٹ کا پردہ مرقا پھٹ جاتا ہے اور عورت ہلاک ہو جاتی ہے، عسر دلدات میں اگر عورت کو **چھینکیں آئیں** تو یہ ایک اچھی علامت ہے۔ اگر بچہ خارج ہونے سے پہلے خون اور رطوبت زیادہ مقدار میں نکل چکی ہوں تو بچہ کی پیدائش مشکل سے ہوگی، اگر خون آنے میں دیر ہو جائے تو بچہ کی پیدائش میں آسانی کی امید کی جا سکتی ہے۔

علامات

عورت کو بار بار درد زہ اٹھتا ہے لیکن بچہ باہر نہیں آتا، عورت زور لگاتی ہے اور درد سے چیختی ہے، لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ آخر عورت تھک کر

بے دم ہو جاتی ہے اور وہ درد کا اٹھنا کچھ عرصہ کے لیے بند ہو جاتا ہے۔ پھر وہ
رہ کر کمر کا درد اٹھتا ہے۔

علاج بطور حفظ ما تقدم

اگر نوے ماہ کے شروع ہوتے ہی حاملہ کو ہر روز نہار منہ روغن بادام شیریں
۹ ماہ، دودھ نیم گرم میں پلائیں، اور غلیظ، تیز، ترش اور قابض غذاؤں سے
پرہیز کریں، غذا نرم و مرغن کھلائیں تو بچہ بلا تکلیف پیدا ہوتا ہے۔

علاج ڈاکٹری

زچہ کو درد زہ شروع ہوتے ہی **یٹھنے** اور ٹھلانے کی تاکید کرنی چاہیے
کیونکہ اس سے بچہ دانی کا منہ زیادہ کھل جانے سے پہلے ہی پانی کی تھیلی پھٹ
جاتی ہے۔ جس سے بچہ پیدا ہونے میں بہت سخت تکلیف ہوتی ہے، ہاں جب
درد شدت سے ہونے لگے تب ٹھلانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ اگر قبض ہو تو سوپا
واٹر کا اینما کریں۔ درد زہ کو زیادہ کرنے کے لیے کوئین کا استعمال مفید ہے اس
سلسلہ میں کوئین سلفاس پاشع سے دس گرین دیکپ شو لزی یا گولی ۱ ہمراہ دودھ
نیم گرم آدیں یا کوئین مکسچر دے سکتے ہیں، اس سے درد ہو کر بچہ دانی کا منہ کھل جائے
گا۔ جس وقت رحم کا منہ پوری طرح کھل چکا ہو اور درد زہ بند ہو جائے، تو ٹیسٹ
یوٹرین ۱ ایک سی سی کا زیر حیلہ انجکشن کریں۔ پانچ یا دس منٹ میں بچہ پیدا ہو جاتا ہے
نوٹ:- اگر بچہ دانی کا منہ نہ کھلا ہو یا بچہ کی ساخت یا وضع میں فرق ہو تو پھر پچوٹری
کے استعمال سے بچہ دانی کے پھٹ جانے کا خطرہ ہے۔ اس لیے اس
سے پہلے تسلی کر لینی ضروری ہے۔

دردِ ذہن اور بچہ کی پیدائش کے وقت بے صبر انجکشن

عین بچہ کی پیدائش کے وقت جب دردِ ذہن اٹھ رہی ہوتی ہیں، اس وقت نرس یا دائی ڈاکٹر صاحب کو بلوا بھیجتی ہے اور ڈاکٹر صاحب کے مرینہ کے پاس آتے ہی کہا جاتا ہے کہ آپ اس کا چھٹکارہ کرنے کے لئے انجکشن لگادیں۔ اور عام طور پر سے دایاں ناتجربہ کار ہونے کے سبب بچہ کی صحیح حالت جانے سے بھی قاصر رہتی ہیں۔ اگر بچہ کا سر سرد کس (خمِ رحم) میں (Fix) ہونے سے پیشتر انجکشن پیچوٹری لگایا جائے جو عام طور سے لگایا جاتا ہے اور اس موقع کے لیے مخصوص ہے، تو مرینہ کو جان کے لئے پڑھاتے ہیں اور بعض اوقات آپریشن تک نوبت پیدا ہو جاتی ہے۔

اب آپ سوچ رہے ہوں گے کہ انجکشن کا نام تو ابھی تک نہیں لکھا، کئیے روزمرہ کام میں آنے والے والا لیورائیکسٹریکٹ کروڈ (Coude) دوسری کی مقدار میں دے دیجئے۔ نرس سے پوچھنے کی بھی ضرورت نہیں کہ بچہ کی کیا پوزیشن ہے اور آرام سے گھرا کر سو جائیں، آدھ گھنٹہ سے ایک گھنٹہ کے اندر آرام سے بچہ پیدا ہو جائے گا۔

آپ ضرور پوچھیں گے کہ دورانِ حمل لیورائیکسٹریکٹ کے انجکشن بہت لگائے جاتے ہیں تو اس طرح حمل گر کیوں نہیں بھاتا، چونکہ دورانِ حمل کمزور مرینوں پر ہم روزانہ لگاتے ہیں، اس وقت ایسا کیوں نہیں ہوتا؟ اگر کیوں کے جواب کے آپ مشتاق ہیں تو پہلے اپنے کم سے کم دو مرینوں پر سے انجکشن لگائیں۔

نوٹ! :- لیورائیکسٹریکٹ کروڈ

غیر صاف شدہ لیور ایکسٹریکٹ ہوتا ہے اور اسے ہول لیور ایکسٹریٹ (Whole Live Extract) کا نام بھی دیا جاتا ہے۔ دیگر کئی کمپنیاں کروڈ (Crude) اور ہول (Whole) کے نام سے بناتی ہیں۔ مقدار خوراک ایک سے دس سی ٹیکہ صحت عملاتی لگایا جاتا ہے۔ وریڈی ہرگز نہیں لگانا چاہیے۔

یونانی علاج

دودھ گائے آدھ سیر، گھی خالص پانچ تولہ، شکر سُرخ پانچ تولہ ملا کر نیم گرم پلائیں، عورت تیس قدم جلد جلد چلے، پھر پاؤں کے بل بیٹھ کر سانس کو بند کر کے نیچے کو زور کرے، اگر ولادت میں دیر ہو تو لعاب زنج کتان و زنج حلیہ کو تیل کتان میں ملا کر نیم گرم بچہ دانی کے منہ پر زور سے مانس کریں۔ جب سر کے علاوہ بچہ کے جسم کا کوئی حصہ پہلے نکلنے والا ہو۔ تب حاملہ کو فوراً کسی زنانہ ہسپتال میں پہنچا دینا چاہیے یا ایڈی ڈاکٹر کو بلا لینا چاہیے تاکہ غیر طبعی حالت کو درست کر سکے۔

دوائے عسر ولادت

مشکطراح مشع، پر سیا ڈشاں، نخود سیاہ ہر ایک چھ ماشہ، پھلی اقلتاس کا چھلکا، گڑ ہر ایک ایک تولہ، پانی میں جوش رے کر پلائیں۔

دیگر

گل شفتا لو ایک ماشہ پیس کر محول کریں، مردہ جنین کو نکالنے میں مجرب ہے۔

حب تسہیلِ ولادت

زچگی کے وقت بعض عورتوں کو سخت تکلیف ہوتی ہے۔ المذ کی مہربانی سے ان گولیوں سے بچہ آسانی سے پیدا ہو جاتا ہے۔ نسخہ مندرجہ ذیل ہے۔
زعفران خالص، سینگ خالص، دونوں برابر وزن باریک کر کے شہد کے ساتھ گولیاں بخود کے برابر بنائیں۔ بوقت ضرورت ایک گولی ہمراہ دودھ استعمال کریں۔
۵ یگی :- صرف زعفران خالص چار رتی پیس کر پھینکا دیں یا صرف دارچینی ایک ماشہ پانی میں پیس کر زیر ناف لیپ کریں اور دارچینی ایک ماشہ کاسنوف گرم پانی سے دیں۔

دیگر :- زعفران پانچ رتی گرد میں ملا کر کھلانے سے بچہ جلد پیدا ہو جاتا ہے۔
دیگر :- امتاس کی پھلی کا سیاہ چھلکا دو تولہ ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دے کر نصف رہنے پر چھان کر پلائیں، گڑ ڈال کر بیٹھا کر لیں۔
دو دن سے مسقطِ حشیں

چھلکا امتاس دو تولہ، زیرہ کہ مانی تین ماشہ، تخم خرپڑہ چھ ماشہ، افسنتین چار ماشہ، شاہترہ چھ ماشہ جوش دے کر صاف کریں۔ اور گل قند تین تولہ حل کر کے پلائیں، مردہ بچہ نکالنے کے لیے مفید ہے۔

نوٹ :- حاملہ کے لیے اس دوائی کا استعمال سخت منع ہے۔

مفید ہدایات

جب وضع حمل کے دن بالکل نزدیک ہوں تو مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کریں۔

- ۱۔ حاملہ کو غذا کم کھلائیں، دودھ یا شور بادیں، ٹھنڈی وترش اشیا سے پرہیز کرائیں اور نچلے حصہ کو سردی سے بچائیں۔
- ۲۔ حاملہ کو ہدایت کریں کہ جب دردیزہ اٹھے تو شور و غل نہ کرے بلکہ صبر سے درد کو برداشت کر کے پاؤں کے بل بیٹھے۔
- ۳۔ جب بچہ **جنمنے کا وقت** بالکل نزدیک ہو تو عورت کو گرم کمرے میں تھوڑا تھوڑا چلائیں، پھر بیٹھنے کی ہدایت کریں اور پھر چلنے کی ہدایت کریں، بچہ آسانی سے پیدا ہو جائے گا۔
- ۴۔ اگر بچہ پیدا ہونے میں تکلیف ہو اور بہت درد ہونے پر بھی بچہ باہر نہ آئے تو دایہ کو چاہیے کہ تلوں کے تیل سے **یونی کی مالش** کرے یا اس کو اندرونی جانب سے چپڑ کر کر دے۔
- ۵۔ حاملہ کو جب تھوڑا درد اٹھے تو اس وقت پاخانہ و پیشاب کرا دیں، اگر قبض ہو تو کیسٹر آئیل سے اینما کریں۔

زچہ کی صحت و تندرستی کیلئے مفید ہدایات

- ۱۔ زچہ کو آرام سے بستر پر لٹائیں، موسم سرما میں کمرے کو گرم رکھیں اور بستر بھی گرم دیں، زچہ کا لباس و بستر پاک و صاف ہونا چاہیے۔
- ۲۔ وضع عمل کے بعد زچہ کو چاہیے کہ وہ دس دن بستر پر آرام سے لیٹی رہے اور چلنے پھرنے کا نام نہ لے، ورنہ بچہ دانی سے خون جاری ہونے کا ڈر ہے اور بچہ دانی سے کراہلی حالت پر نہیں آسکتی، بلکہ ہمیشہ کے لیے بڑھتی رہتی ہے۔

۳۔ وضع حمل کے بعد زچہ ۲۱ دن کام نہ کرے، ورنہ کئی قسم کے امراض پیدا ہو جانے کا خطرہ ہے۔

۴۔ بچہ پیدا ہونے کے ۳۰ دن تک زچہ سرد پانی جسم پر نہ ڈالے، کیونکہ اس سے نفاس بند ہو جائے گا، جس کا جاری رہنا زچہ کی تندرستی کے لیے ضروری ہے اس لیے منہ ہاتھ دھونے اور نہانے کے لیے ہمیشہ گرم پانی کا استعمال کیا جائے۔ لیکن ابتدائی بیس دن ہنا نامسح ہے بلکہ جسم کو گرم پانی و تولیے سے پونچھ لیا جائے۔

۵۔ وضع حمل کے چھ گھنٹہ بعد اگر زچہ کو پیشاب نہ آئے تو پیڑو پر گرم پانی کا سینک کرنے سے پیشاب آجاتا ہے۔

۶۔ وضع حمل کے ۲۲ گھنٹہ بعد اگر زچہ کو پاخانہ نہ آئے تو کیپسٹر آئیل ایک تولہ سے لے کر اڑھائی تولہ گرم دودھ میں پلانے سے قبض کا عارضہ دور ہو جاتا ہے، جو کہ زچہ کی صحت کے لیے ضروری ہے۔

۷۔ بچہ پیدا ہونے کے بارہ گھنٹہ بعد اکثر زچہ کے پستانوں میں تناؤ اور گرانی محسوس ہوتی ہے اور عام طور پر اڑتالیس گھنٹوں میں دودھ اتر کر پستانوں پر درم آجاتا ہے۔ جس سے زچہ کو معمولی بخار بھی ہو جاتا ہے۔ اسے دودھ کا بنا سکتے ہیں۔ جو کہ دودھ پلانے سے دور ہو جاتا ہے۔

۸۔ بچے کی پیدائش کے سات گھنٹے بعد ماں کو بچے کا دودھ ضرور پلانا چاہیے کیونکہ بچہ دانی اور پستانوں میں ایک خاص عصبی تعلق ہے۔ جب بچہ پستانوں کو منہ میں لے کر جو ستا ہے تو عصبی تعلق کی وجہ سے بچہ دانی کا سکڑاؤ شروع

ہو جاتا ہے جو زچہ کے لیے بہت مفید ہے، علاوہ ازیں دودھ نکلنے سے چھاتیوں کا جوش کم ہو جاتا ہے اور زچہ کا پہلا دودھ جلاب کا کام کرتا ہے جس سے ننھے بچے کا پیٹ صاف ہو جاتا ہے۔

۹۔ چالیس روز تک زچہ کی پچہ دانی سے ایک قسم کی رطوبت خارج ہوتی رہتی ہے جس کو طب میں نفاس کہتے ہیں، اس کا کھل کر جاری رہنا زچہ کی صحت کے لیے بہت مفید ہے اور بند ہو جانے سے کئی قسم کی بیماریوں کا خطرہ ہے، خصوصاً اس سے پرسوت کا بخار ہو جاتا ہے۔

۱۰۔ ولادت کے بعد یونی پر سو جن ہو جاتی ہے۔ اسے سینک سے آرام آجاتا ہے۔

۱۱۔ پچہ ہونے کے بعد تین دن تک زچہ کو نرم اور جلد مہضم ہونے والی غذا دیں، دیر مہضم غذاؤں سے سخت پرہیز کریں۔

۱۲۔ ابتدائی ایام میں زچہ کو گرم پانی کی جگہ عرق گاؤ زبان، عرق مکوا اور عرق سولف پلائیں، سردیوں کے جھونکوں اور ٹھنڈے پانی سے بچائیں۔

کثرت نفاس

تعریف مرض

بچہ پیدا ہوتے کے چند گھنٹوں بعد یا آنول نکلنے وقت سخت جریان خون ہوتا ہے۔ اگر اس کا ہوشیاری سے علاج نہ کیا جائے تو زچہ کی زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔

وجوہات

وضع حمل کے بعد کسی بے احتیاطی کی وجہ سے بچہ دانی کا سکرڈاؤ درست نہ ہوتا، **آنول کو ہاتھ سے کھینچنا**، آنول کا کوئی ٹکڑا بچہ دانی میں رہ جانا، آپریشن کے وقت بچہ دانی میں زخم ہو جانا، بچہ دانی کا منہ پھٹ جانا، زیادہ گرم غذاؤں کا استعمال، بعد وضع حمل چلنا پھرنے، **کمزوری اعصاب وغیرہ سے** یہ عارضہ ہو جاتا ہے۔

علامات

بچہ دانی سے زیادہ خون نکلتا ہے، ذچہ کا چہرہ زرد اور ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جاتے ہیں۔ ٹھنڈا پسینہ آتا ہے۔ نبض **باریک** اور تیز چلتی ہے، کمزوری کے باعث مریضہ کی آنکھوں کے آگے اندھیرا آ جاتا ہے۔ شدت مرض میں بے ہوشی تک، نوبت پہنچ جاتی ہے۔ یا کئی جسم میں تشبیہ ہو کر مریضہ موت کے گھاٹ اتر جاتی ہے۔

یوتائی علاج

ہدایات مذکورہ کو سامنے رکھیں۔ خون بند کرنے کے لیے کثرت طست کے بیان میں جو نسخے درج ہیں وہ اس مرض میں بھی مفید ہیں، مندرجہ ذیل نسخہ جات بہت مفید ہیں۔

شیاف قابض (جو خون کو بند کرتا ہے)

پھول انار، پھول گلاب ہر ایک چھ ماشہ، کندہ، کہر باڈا ایک تین ماشہ، سب کو باریک پیس کر اور جو شانڈہ ماندہ میں گوندھ کر بنیاں بنا کر ایک بتی یونی (مہیلی) میں رکھیں اور کھانے کے لیے مندرجہ ذیل نسخہ جات میں سے کسی ایک کا استعمال

کریں۔

۱۔ گل ارمنی، دم الاخوانت، کہربا، صدف سوختہ، سنگ جواحت ہر ایک ایک ماشہ، باریک پیس کر پہلے کھلائیں اور اوپر سے شیرہ جڑ انجبار چار ماشہ، عرق گلاب دو تولہ، عرق گاڈ زبان دو تولہ میں نکال کر تخم بارتنگ چھ ماشہ چھڑک کر پلائیں۔

۲۔ گیرو سنگ جواحت ہر ایک ایک ماشہ، دونوں کو پیس کر پہلے کھالیں، اوپر سے شیرہ حب آلاس، شیرہ زیج خرفہ سیاہ، شیرہ پنج انجبار ہر ایک تین ماشہ، عرق گاڈ زبان دو تولہ میں نکال کر تخم بارتنگ چھ ماشہ چھڑک کر پلائیں۔

غذا پر ہیز

مریضہ کو آرام سے لٹائیں اور گرم چیزوں سے پرہیز کریں۔

ہندشِ نفاس

تعریف مرض

اس مرض میں بچہ چننے کے بعد خونِ نفاس نہیں نکلتا اور عورت کو کئی قسم کی تکالیف ہو جاتی ہیں۔ اگر کمزوری کی وجہ سے خونِ نفاس نہ آئے تو خطرہ نہیں ہے۔

وجوہات

بچہ دانی میں خون کے تھکے پھنس جلتے ہیں، جس سے نفاس نہیں آتا۔

علامات

رطوبتیں خارج نہ ہونے سے زچہ کو برسوت کا بخار ہو جاتا ہے، رحم و پیڑو

میں سوجن ہو جاتی ہے، سارے جسم میں دردیں ہوتی ہیں، کبھی بے ہوشی ہو جاتی ہے، مرض کی زیادتی کی حالت میں بچہ دانی کا درد، خفقان، جنون و تشبیح کی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔

علاج

کیاس کے ٹوٹے تین تولہ، عرق مکو بارہ تولہ میں جوش دے کر اور صاف کر کے چند روز پلائیں یا بانس کی گڑہیں تین عدد عرق مکو دس تولہ میں جوش دے کر صاف کر کے پلائیں یا چھلکا کا لتاس ایک تولہ کا جو شانہ دیں، مندرجہ ذیل نسخہ جات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

- ۱۔ نیچ کر فس، سونف، پر سیا ڈشاں، مشک طرح مشمع ہر ایک ساڈھے تین ماشہ صاف پانی میں جوش دے کر صاف کر کے چینی دو تولہ ملا کر پلائیں۔
- ۲۔ اگر بندش نقاس کے ساتھ بخار اور دم و سوجن وغیرہ ہو تو یہ نسخہ دیں، نیچ خطمی، سونف، عنب الثعلب، ملٹھی چھلی ہوئی، نیچ خرپزہ ہر ایک پچھ ماشہ پانی میں جوش دے کر پلائیں۔

غذا و پرہیز

بجائے پانی کے عرق مکو پلائیں اور صحت درست ہونے تک موٹنگ کی نرم کچھڑی دن کو دیں، رات کو بخنی بنیر گھی کے دیں۔ دیر ہنم غذاؤں سے پرہیز کریں۔

پیرسوت کا بخار

تعریف مرض

یہ چھوت دار بخار پیر پیدا ہونے کے تین روز بعد عام طور پر ہو جاتا ہے۔

وجوہات

بچہ کی ولادت کے بعد آنیول کا پورے طور پر نفاذ نہ ہونا، نفاس کا بند ہو جانا، رحم یا اندام نہانی میں، آنوں کے ٹنگڑوں یا خون کے لوتھڑوں کا پھنس کر متعفن ہو جانا، جنین کا مردہ ہو کر پیر دانی کے اندر متعفن ہو جانا، وضع حمل کے وقت بچہ دانی کی بناوٹ میں خراش آ جانا، دایہ کے ہاتھوں یا اس کے اوزاروں سے کسی متعدی مرض کی چھوت کا لگ جانا یا دیگر ہریے اثرات کا خون میں سرایت کر جانا اس کے اسباب ہوتے ہیں۔

علامات

۱۔ بچے قریب بخار اور بچہ دانی کے مقام پر درد ہوتا ہے، چھاتیوں میں درد کی پیدائش رک جاتی ہے، بے چینی، سردرد اور کمزوری معلوم ہوتی ہے، مرض کی شدت کی صورت میں بے ہوشی و ہذیان ہو جاتا ہے، جو مریض کے لیے خطرناک ہوتا ہے، نبض بہت تیز چلتی ہے، پیٹ پھول جاتا ہے، نفاس بند ہو جاتا ہے یا کم مقدار میں نفاذ ہوتا ہے، جس سے یہ بچہ معلوم ہوتی ہے۔

حفظ و اقدم

چونکہ یہ ایک نہایت متعدی اور چھوت دار مرض ہے، اس لیے ہر مریض

اور دایہ کا جو زچہ کے پاس جائے، فرض ہے کہ جب اس مریض کا عہد کیا جائے تو وہ دوسری تندرست زچہ کے پاس نہ جائیں! پہلے اپنے ہاتھوں کو دافع السراپت محلولوں سے صاف کر کے خوب ہنڈن کر کے اور صاف دھو کر دوسرے کپڑے پہن کر جائیں۔ علاوہ ازیں سرخ بادہ، سرخ بخارا حنا، دبانہ کے مریضوں کے پاس سے ہو کر ان کے دوشوں کا ملاحظہ کر کے بھی زچہ کے پاس جانے سے گریز کریں، کیونکہ ان امراض کی چھوٹ سے بھی زچہ کو پڑسوت کا بنا ہوسکتا ہے۔

یونانی علاج

اصل سبب دریافت کر کے اس کے مطابق علاج کریں۔ اگر نفاس بند ہو گیا ہو تو اس کو باری رکھنے کی کوشش کریں۔ اس کے لیے بیج خطمی، سوخت، عنب، الثعلب، ملٹھی جھلی ہوئی، چھلکا جڑ کپاس، بیج خرپڑہ ہر ایک چم ماشہ، ان سب ادویات کو ڈر ڈر کر پاڑ پانی میں جوش دیں اور مل چھان کر اس میں خمیرہ بنفشہ دو تولہ ملا کر اور صاف کر کے پلائیں، تقویت کے لیے خمیرہ گاڑ زبان دہیہ مشک دیں یا مشک طراح مشع ایک تولہ، چھلکا املا س ۹ ماشہ، پوست خرپڑہ، سوخت ہر سیاؤ شاں ہر ایک سات ماشہ، سب کو تین پاڑ پانی میں جوش دیں جب تھائی رہ جائے تو صاف کر کے موسم سرما میں گڑ چار تولہ ملا کر اور موسم گرما میں شربت بزدوری دو تولہ ملا کر تین روز تک بجائے آب ددانہ کے تھوڑا تھوڑا پلاتے رہیں۔ اس سے بند نفاس جاری ہو جاتا ہے۔

غدا و پیر، سیر

دیر ہنم اغذیہ سے پر ہیز کریں، مونگ کی داں، دلیا وغیرہ دیں۔ دودھ و
آش جو کا استعمال مفید ہے، جب پر سوت کا شمار شروع ہو تو نیچے کو زچہ
کا دودھ پلانا بند کر دینا چاہیے۔

امراض زچہ کے لئے منتخب نسخہ حیات

پیش زچہ

لعاب ریشہ خطمی چار ماشہ، عرق عنب الثعلب ایک تولہ میں شربت بزرری تین
تولہ، چہار تخم ابک تولہ ملا کر پلائیں اور بطرز پیش کے علاج کریں۔

دودھ کا بخار

زچہ کو ولادت کے چھ سات گھنٹہ بعد نیچے کو دودھ پلانے سے یہ عارضہ نہیں
ہوتا پھر بھی چھاتیوں میں تناؤ زیادہ ہو تو بذریعہ بریٹ پمپ نکال دینا چاہیے۔
بخار کی صورت میں ہلکے ملینات پلا کر زچہ کی قیش کشائی کی جائے اس سے چھاتیوں کا
تناؤ کم ہو جاتا ہے، بلوررد ازج خرپزہ چھ ماشہ، عناب پانچ دانہ، موزہ منقی ۹ دانہ
غاکس ۵ ماشہ، عرق سونف و عرق مکو ہر ایک ۹ تولہ میں جوش دے کر صاف کر کے
پلا دیں۔

دودھ کی زیادتی

بعض دفعہ زچہ کی چھاتیوں میں زیادہ دودھ اترتا ہے اور نیچے کی خوراک سے
زیادہ ہوتا ہے اگر اس کی تدبیر نہ کی جائے تو دوسم کی صورت میں نمودار ہوتا ہے۔

دودھ کم کرنے کے لیے مندرجہ ذیل ادویات نہایت مفید ہیں۔

- ۱۔ مسور کو سرکہ میں پکا کر یا زہرہ سیاہ کو سرکہ میں پیس کر چھاتیوں پر لپیٹ کر لیں۔
- ۲۔ گندم کا آٹا، باخلا کا آٹا، تلوں کے تیل اور پانی کی مدد سے گاڑھا لپیٹ بنا کر چھاتیوں پر لگائیں۔

۳۔ سولف، زیج خرپزہ، خارخسک، زیج خیارین، حب کا کنج ہر ایک چھ ماشہ کو پانی میں پیس کر چھان لیں اور شربت بزوری تین تولہ ملا کر صبح اور شام پلائیں۔

دودھ کی کمی

بعض اوقات زچہ کے پستانوں میں دودھ کی اس قدر کمی ہوتی ہے کہ بچے کے لیے کافی نہیں ہوتا، دودھ کو بڑھانے کے لیے زچہ کو عمدہ اور مقوی غذا کھلائیں۔ خاص طور پر دودھ، مکھن، بالائی، میوہ جات، گیہوں کا دلیہ وغیرہ دیں۔ یونانی علاج میں مندرجہ ذیل نسخے اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

۱۔ ارنڈ کے پتوں کو چھاتیوں پر باندھیں یا ارنڈ کا تیل دکیٹر آئیل کی چھاتیوں پر مالش کریں یا ارنڈ کے پتوں کی بھیجا پکا کر گرم گرم پستانوں پر باندھیں، یا روغن زیتون کی چھاتیوں پر مالش کریں۔ نہایت مفید ہے۔

۲۔ ارنڈ کے پتوں کو جوش دے کر اور اس میں صاف کپڑا بھگو کر پستانوں پر اس کی ٹکڑیاں کریں، دودھ بڑھ جائے گا۔

۳۔ ستا: مناسب مقدار میں دودھ گلے میں جوش دے کر چینی ملا کر پلائیں۔

۴۔ تودری سرخ ۹ ماشہ ہمراہ دودھ گلے نیم گرم دیں۔

۵۔ ستا درہا تولہ، سونف ہا تولہ، سفوف بنائیں، یہ سفوف پہلے کھلائیں۔
ادھر سے نچوڑتیں تولہ ایک پاؤ درہا گائے میں بھگو کر صاف کر کے یہ
دودھ پلائیں۔

۶۔ زیرہ سفید برابر چینی ملا کر ایک تولہ کی مقدار میں پانی سے کھلائیں۔
پیدائش و افزائش دودھ کے لیے زچہ کو سیال اغذیہ دیں۔ آتش جو، بخنی،
پھلوں کا پانی وغیرہ دیں۔

ٹانگ کا سفید ورم

اس مرض میں زچہ کی ٹانگ پر درم آجاتا ہے، جس کی رنگت عام طور پر سفید
ہوتی ہے اگر درم کو دیا جائے تو اس میں گرٹھا نہیں پڑتا۔ یہ عارضہ جب رحم سے
جریان خون ہوتا ہے اور اس کا متعفن مادہ خون میں سرایت کر جاتا ہے تو وریدوں
میں خون منجمد ہو کر اس جگہ کا ودران خون رک جاتا ہے۔

یہ عارضہ دلادت سے دو ہفتہ بعد اکثر زچہ کی بائیں ٹانگ اور کبھی دونوں ٹانگوں
پر نمودار ہوتا ہے، ٹانگ اور پاؤں میں شدید درد ہوتا ہے جو عام طور پر سرین کے
نیچے سے شروع ہو کر ادر پر کو بھی پھیلتا ہے۔ مریضہ کو سردی سے بچانا ہوتا ہے، جس
سے سخت بے چینی ہوتی ہے، ڈاکٹری میں اس کو "وائٹ لیگ" کہتے ہیں۔
پندرہ بیس روز بعد تکلیف میں کمی ہو جاتی ہے، پاؤں میں سختی کافی عرصہ تک
رہتی ہے۔ زچہ کو کامل آرام دسکون سے ٹائے رکھیں، پاؤں کو تیکہ سے اونچا رکھیں
اور جوشاندہ پوست خشناش اور گل ٹیسٹو سے مقام فاؤٹ پر سینک کریں،
جوشاندہ میں فلائین کے ٹکڑے بھگو کر مقام دم پر رکھیں اور موم جا رہ لپٹیں۔

تشننج زچہ

کبھی دوران عمل یا زچگی کے زمانہ میں مرگی کی طرح تشننج ہونے لگتا ہے۔ یہ عارضہ وضع حمل میں بے احتیاطی کرنے سے پیدا ہوتا ہے۔ کیونکہ رطوبات فاسدہ بچہ دانی میں رہ کر تعفن پیدا کر دیتی ہیں اور اس تعفن کا زہریلا مادہ خون میں جذب ہو کر تشننج کا موجب ہوتا ہے، کبھی امراض گردہ کی وجہ سے جب گردے کمزور ہو جاتے ہیں اور وہ خون کے زہریلے مواد کو براستہ پیشاب خارج نہیں کر سکتے تو وہ زہریلا مادہ خون میں مل کر تشننج کا سبب بنتا ہے۔ جدید تحقیقات کے مطابق ایومن نوڈیاریولوز (ایمیہ فقر الدم) سے یہ عارضہ پیدا ہو جاتا ہے۔

شروع میں سر درد ہوتا ہے اور پکرتے ہیں آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے، ہاتھ پاؤں پر آماس ظاہر ہوتا ہے، چہرہ اور جسم کے دوسرے عضلات میں لگاتار تشننج ہونے لگتا ہے، منہ سے جھاگ نکلتی ہے اور پیشاب دپا خانہ بلا ارادہ خارج ہوتا ہے، پسینہ سے بدن شرابور ہو جاتا ہے، مرض کی زیادتی کی صورت میں مریضہ کو کسی بڑے ہسپتال میں بھجوائیں۔

یونانی علاج میں یردنی طور پر دغنی قسطاً، ردغنی زعفران کی پشت و گردن کے بہروں پر نیم گرم مالش کریں یا زعفران رکیسر، ایک ماشہ، کستوری ددرتی کو ردغنی۔ بابونہ دورتی میں حل کر کے ملیں اور جاتل سالم منہ میں رکھ کر اس کا عرق چوسیں، اور کھانے کے لیے حیض دغنی کو جاری کرنے والی ددائیں دیں، اس سلسلہ میں جاد شیردہ سے چار ماشہ پیس کر شہد میں ملا کر چٹائیں یا شربت پورینہ دد تولاہ ہبہ عرق سولف دس تولاہ دیں۔

جنون زچہ (زچہ کی دیوانگی)

کبھی ایسا جنون حمل کے دنوں میں تھماص طور پر حمل کے ابتدائی تین ماہ کے آخر یا چوتھے ماہ کے شروع میں عام ہوا کرتا ہے اور کبھی پیدائش کے تھوڑے عرصہ کے بعد اور کبھی دودھ پلانے کے زمانہ میں ہوا کرتا ہے۔ اس سلسلہ میں دھیان رہے کہ بچہ کی پیدائش یا دودھ پلانے کے زمانہ میں جو جنون ہوتا ہے، اس کے اسباب تو عام طور پر وہی ہوا کرتے ہیں جو اد پر سکھے چلچکے ہیں لیکن کبھی زچہ کا جریان خون یا مرض بول زلالی یا عرصہ تک بچے کو دودھ پلاتے رہنا بھی، اس مرض کے اسباب ہوا کرتے ہیں۔

جب حمل کے دنوں میں یہ مرض ہو تو حاملہ ہمیشہ غمگین رہتی ہے جب بچہ پیدا ہونے کے بعد دہشت کے اندر یہ مرض ہو تو شدید قسم کا ہوا کرتا ہے جس سے مریض نہایت جذبہ اور جوش میں بے ہودہ بکواس اور ڈراڈنی حرکات کرنے لگ جاتا ہے، نیند نہیں آتی بے چینی ہوتی ہے کبھی دیوانگی اس قدر ہوتی ہے کہ اپنے آپ کو اور کبھی بچے کو نقصان پہنچاتی ہے۔

یونانی علاج

نیند لانے کے لیے ردغن کا ہو، ردغن خشخاش، ردغن کدو، شیر زختران ہوزن میں کپڑا تر کے ہر وقت سر پر رکھیں اور زیج کا ہو، زیج کا سنی زیج خشخاش سفید، دھنیا، مغز زیج کھیرا، زیج مغز کدو ہر ایک تین ماشہ، مغز بادام سات دانہ، سب کو پیس کر شیرہ نکالیں اور شربت بنفشہ تین تولہ ملا کر صبح دشام پلائیں، تقویت کے لیے مفرح عنبری یا مفرح یا قوتی کا استعمال کریں۔

ورم پستان

پستان میں ورم آجاتا ہے۔ اگر مناسب علاج نہ کیا جائے تو پھوڑا بن جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں جمع شدہ دودھ بریسٹ پیس سے نکال دیں۔ ورم کو تحلیل کرنے کے لیے آیوڈیکس کی مالش کریں۔

یونانی طریقہ علاج میں نوٹادریچار ماشہ لے کر آدھ بسر جو شاندر پوسٹ میں حل کر کے رکھ دیں اور اس میں کپڑا تر کر کے پستان پر رکھیں۔ جب خشک ہو جائے، پھر ترکیں یا مصبر زد ایک تولہ، گوگل چھ ماشہ، میدہ گندم ایک تولہ سب ادویہ کو جو شاندر پوسٹ خشک نشا میں پیس کر منقاد کریں۔

بھٹنی کا زخم

اگر سر پستان کو صاف نہ رکھا جائے تو اس پر میسل اور دودھ جم کر خراش پیدا کر دیتی ہے یا اس کا سر بھٹ جاتا ہے۔ جس سے زخم ہو کر باعث تکلیف ہوتا ہے۔ بطور حفظ ماتقدم بچہ کو دودھ پلانے کے بعد پستان کی بھٹنی کو صاف کریں اور ہر روز ایک در دفعہ چھاتیوں کو گرم پانی سے دھوتے رہیں۔

اگر بھٹنی میں زخم پیدا ہو جائے تو زخم کو جو شاندر برگ نیم سے دھو کر یہ دوا استعمال کریں۔

پشکری تین رتی، گوند کیکرتین ماشہ باریک پیس کر زخم پر چھڑکیں یا مرہم جست لگائیں۔

بھٹنیوں کا چھوٹا ہونا

یہ عارضہ جنسی غدودوں کی کمزوری سے پیدا ہوتا ہے، جس سے چھاتیوں

کی بڑھوتری میں کسی رہ جاتی ہے۔ چھایوں یا سکل سکرڈی ہوئی ہوتی ہیں، اور بعض عورتوں میں تو پستان باسکل نظر ہی نہیں آتے جس سے ان کی خوبصورتی ختم ہو جاتی ہے۔ اس مرض کے لیے خصیتہ الرحم (اورریز) کے ہارمون استعمال کئے جائیں۔

بچھاتیوں کا بڑا ہونا

اس مرض میں عورت کے پستان معمول کی نسبت ڈھیلے ہو جاتے ہیں۔ یہ عارضہ پستانوں کو زور سے کھینچنے، زیادہ نہانے، درزش نہ کرنے سے ہو جاتا ہے۔ اس مرض میں تمام جسم موٹا اور ڈھیللا ہو جاتا ہے۔

دلیسی طریقہ علاج میں مندرجہ ذیل تجربات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

۱۔ برگد درخت کی داڑھی کے نازک سرے جو سُرخ اور زرد رنگ کے ہوتے ہیں، پانی میں پیس کر چھاتیوں پر نیمپ کریں۔

۲۔ چھاتیوں پر چُست انگلیا پہننا بھی مفید ہے۔

۳۔ آم کے پھل جو بقد رنخود ہوتے ہیں، پھلی بول جو چھوٹی ہو، مغز میچ تمبر

بندی، چھلکا انار، سب ادویہ کو سایہ میں خشک کر کے باریک پیسیں، اور یہ سفوف چھ ماہ لے کر آدہ پاؤ گھی گائے و چینی میں حل کرنا کر چالیس دن کھائیں، پستان باکرہ کی طرح ہو جاتے ہیں۔

۴۔ پھل آم چھوٹے، پھلی بول کچی، مازد سبز، چینی برابر لے کر سفوف بنائیں اور بقد ر ایک تولہ روز کھائیں۔

۵۔ بعض عورتیں صرف ایک مرتبہ پیم پیدا ہونے سے چھاتی کی خوبصورتی کھو

بہشتی ہیں، درج ذیل روغن نرم، لٹکی ہوئی بد شکل چھاتیوں کو اصلی حالت میں لاتا ہے۔

درخت انار کے پھول، پتے، کچے پھل اور پھلکا، چاروں کو نیم کو ب کر کے ایک دن رات پانی میں بھگو رکھیں، اس کے بعد جوش دے کر صاف کر کے اس کے چھاد حصہ کے برابر تلوں کا تیل شامل کر کے جوش دیں۔ یہاں تک کہ پانی جل جائے اور تیل باقی رہ جائے، تھوڑا سا تیل سوتے وقت آہستہ آہستہ پستانوں پر مالش کریں اور چست انگلیہ پہن لیا کریں۔

نوٹ۔ اگر کوئی اندردنی بیماری صحت کو دیک کی طرح چاٹنے والی ہو تو ناراجی تدبیرے کار ثابت ہوگی۔ یاد رکھیں۔ اصل مرض کا علاج ضروری ہے۔ تندرستی کی حالت میں یہ تیل چالیس دن تک متواتر استعمال کیا جائے اور چھاتیاں انگلیہ سے کس کر رکھی جائیں۔

۶۔ مازو سبز، پھول انار، چھلکا انار، پھشکڑی سفید، جفت بلوط، اقا قیہ ہر ایک پچھ ماٹھ، سرکہ انگوری میں پیس کر چھاتیوں پر ہنما د کریں۔

۷۔ جو مششرمائیں، چھلکا انار باریک پیس کر دودھ میں ملا کر پستانوں پر لپیپ کرائیں اور چست انگلیہ پہنائیں۔

۸۔ پھول انار ایک تولہ، چھلکا انار ایک تولہ، چھلکا کیکر ایک تولہ، چھلکا جامن ایک تولہ، تمام ادویہ کو تین پاڑ پانی میں بھگو کر رکھیں۔ صبح تلوں کے تیل بیس تولہ میں پکائیں۔ پانی جل جانے پر تیل محفوظ رکھیں، بوقت ضرورت پستانوں پر ملیں، اس سے پستان سخت ہو کر اصلی حالت پر آجائیں گے، بطور حفظ

ما تقدم بچہ کو لیٹ کر یا گود میں اٹھا کر دودھ نہیں پلاتا چاہیے۔ ہاتھوں پر اٹھا کر بچہ کے منہ کو چھاتی کے پاس لے جاؤ نہ کر چھاتی کو بچہ کے منہ کے پاس۔ علاوہ ازیں بچہ کا دودھ مناسب وقت پر پھڑا دینا بھی ضروری ہے ایسا لباس پہننا چاہیے جن سے پستانوں کو سہارا ملے۔

حاملہ عورت و بچوں کو ٹیکے کب لگوائیں

عمر	دیکسین	مرض
حاملہ عورت۔ ۱۶ ہفتے۔ ۳۶ ہفتے	ٹی، ٹی (ماں اور بچے دونوں کو محفوظ دیتا ہے)	۲۔ ٹے ٹے نس
شیر خوار بچے ۵ ماہ - ۹ ماہ	ڈی، پی، ٹی	۲۔ ڈیپھیٹیریا، کالی کھانسی، ٹینس
" " " "	پولیو	۳۔ پولیو
" " " "	بی، سی، جی	۱۔ تپ دق
شیر خوار بچے ۵ ماہ - ۹ ماہ	خسرہ	۱۔ خسرہ
" " " "	ڈی۔ پی	۱۔ بوسٹر
" " " "	پولیو	۱۔ بوسٹر

نوٹ :- ایک ڈونر بیشتر ازیں دیا گیا ہو۔ دو ڈوزوں کے درمیان کم از کم ایک ماہ کا وقفہ ہونا چاہیے۔ متحمل زکام، کھانسی، اسہال کے دوران بھی ٹیکہ دے دیا جاتا ہے۔ بہت زیادہ تکلیف دینے والے ٹیکہ نہیں دینا چاہیے۔

بچہ ذاتی ویونی کی بیماریاں

سفید پانی آنا، لیکوریا تعریف مرض

اس مرض میں عورت کی اندام نہانی سے سفید زردی مائل رطوبت خارج ہوتی ہے، جس میں کبھی بدبو بھی ہوتی ہے اور فی زمانہ مہیبلی آلائش کی شکایت لگ بھگ پچاس فیصدی عورتوں میں پائی جاتی ہے۔

وجوہات

چھوٹی عمر میں عمل قرار پانے، جنرل کمزوری، کمی خون، دردم رحم، کثرت ملاپ زمانہ سوزاک، آتشک، بندش ایام، عم و غصہ، خود دہرا اس دغیروں سے بھی یہ عارضہ ہو جاتا ہے۔

ان ارج رطوبت کے لحاظ سے یہ مرض پانچ قسم کا ہو سکتا ہے۔

۱۔ یونی کے بیرونی حصے سے رطوبت خارج ہوتی ہو۔

۲۔ یونی کے اندر دنی حصے سے رطوبت کا اخراج ہوتا ہو۔

۳۔ بچہ ذاتی کی گردن سے رطوبت نکلتی ہو۔

۴۔ بچہ ذاتی کے اندر دنی حصے سے سیلان ہوتا ہو۔

۵۔ نسرین سے رطوبت آتی ہو۔

علامات

بیردنی طور پر یونی میں فارش ہوتی ہے اور اس سے سفید زردی مائل رطوبت نکلتی ہے، کمر میں درد ہوتا ہے، پیٹرد میں بوجھ اور درد کی شکایت محسوس ہوتی ہے۔ ماہواری میں تکلیف ہوتی ہے۔ کام کاج کو جی نہیں چاہتا اور مرض کی موجودگی میں تمل نہیں ٹھہرتا، پانچ اقسام کے سبب سے علامات درج ذیل ہوتی ہیں۔

۱۔ پہلی قسم کا مرض نوجوان عورتوں کو ہوتا ہے چنانچہ اس قسم کی مریضہ عورتوں کی یونی کے بیردنی حصہ سے ایک لیس ڈائریسی رطوبت نکلتی ہے جس سے یونی کے ہونٹ آپس میں چپک جاتے ہیں، جب رطوبت زیادہ مقدار میں نکلتی ہے تو اس کے بیردنی حصہ میں جمع ہو کر بجم جاتی ہے۔

۲۔ دوسری قسم کی بیماری میں **انسٹریٹ** نہیں مبتلا ہوتی ہیں۔ چنانچہ ان کی اندام نہانی میں خراش اور سوزش محسوس ہوتی ہے اور اس سے سفیدی مائل رطوبت خارج ہوتی ہے، اگر یہ رطوبت زیادہ خارج ہو تو زخم یا سرطان ہو جانے کا ڈر ہوتا ہے، بوڑھی عورتوں میں **بیردنی** کی طرح اگر رطوبت خارج ہوتی ہو تو اس کے علاج کی ضرورت نہیں ہوتی کیونکہ اس عمر میں ایسی رطوبت کا اخراج ایک معمولی امر ہے، البتہ زردی مائل رطوبت کا علاج ضروری ہے۔

۳۔ تیسری قسم میں ایسی عورتیں مبتلائے مرض ہوتی ہیں جو دو تین بچے پیدا کر چکی ہوں، اس قسم کے مرض میں انڈے کی سفیدی کی طرح لیسہ دار اور ترشش رطوبت اندام نہانی سے نکلتی ہے، جس میں بعض دفعہ خون یا پیپ کی ملاوٹ کے باعث لالی یا زردی ہوتی ہے، اس قسم کا مرض اکثر زمانہ سوزاک کی وجہ

سے ہوتا ہے۔

۴۔ جو تھی قسم کا مرض ان بیابنا تو جوان لڑکیوں، نئی دلہنوں یا ان عورتوں کو ہوتا ہے جن کا زمانہ حیض ختم ہونے والا ہو، اس مرض میں بچہ دانی سے نکلنے والے رطوبت انڈے کی طرح ہوتی ہے، مگر اس میں گاڑھا پن نہیں ہوتا، اگر مرین پرانا ہو تو اس کی رنگت شوخ پیلا پن لئے ہوتی ہے۔

۵۔ پانچویں قسم کا مرض جو تھی قسم سے ملتا جلتا ہوتا ہے۔

یونانی علاج

پھٹکڑی، بریاں، مازد بریاں ہر ایک دو ماشہ، کتھ سفید چار ماشہ، صاف پانی تین پاؤں جو شش دے کر چھان کر اس سے اندام نہانی کو دھوئیں یا اقاقیہ، پینول انار، سک (چھلکا) انار، مازد سبز ہر ایک سات ماشہ، پھٹکڑی، سنبل الطیب ہر ایک تین ماشہ، سب ادویہ کو باریک پیس کر پھر ایک صاف اور ملائم کپڑے کو پانی میں تر کر کے بچوڑ کر اور دو اگے باریک سفوف سے تر کر کے اندام نہانی میں رکھیں۔ مندرجہ ذیل مجربات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

سفوف سیلان

ستاور، کندر، چنیا گوند، مصطکی رومی، ثعلب مصری، الائچی خورد، پینول سپاری، تیج، طباشیر، موصلی سفید، سنگبراحت، لوموہ پٹھانی ہر ایک تین ماشہ چینی سفید برابر سفوف بنائیں اور خود اک ۹ ماشہ صبح و شام ہمراہ دودھ گائے نیم گرم سے استعمال کریں۔

دیگر

مسطک رومی، چینا گوند، پھول دھاوا، جفت بلوط، کمرس، مائیں خورد، مازو سیر، تچ، کندر ہر ایک ایک تولہ، چینی کے سب برابر سفوف بنائیں۔
خودراک ۹ ماشہ صبح و شام ہمراہ دودھ کھلائیں۔

دیگر

پنچول سپاری، پھول پستہ، گوند ڈھاک ہر ایک چار تولہ، سریالی، آسگندہ ناگوری، اندر جو شیریں، ہر ایک دو تولہ، کشتہ قلعی، کشتہ مرجان ہر ایک تین ماشہ، کشتہ عقیق اڑھائی ماشہ، چینی آٹھ تولہ، کوٹ چھان کر سفوف بنائیں، خودراک ایک سے دو ماشہ ہمراہ دودھ گائے دیں۔ یہ سیلان الرحم کے لیے مفید ہونے کے علاوہ محافظ حمل بھی ہے۔

دیگر

سپاری چکنی دکنی دس تولہ کوٹ کر دو بیر گائے کے دودھ میں ڈال کر آگ پر پکا دیں، پھر اس میں مائیں خورد پانچ تولہ، مائیں کلاں پانچ تولہ، کمرس پانچ تولہ، سہری دس تولہ، سفوف کر کے ملائیں، سرد ہونے پر اتار لیں اور چھ ماشہ صبح و شام نیم گرم دودھ سے دیں۔ رد ہفتہ میں آرام آجائے گا۔

دیگر

سپاری ایک تولہ، منخر جامن، موچرس، گوند ڈھاک، مائیں خورد، گل دھاوا گل انار، پشکر دی ہر ایک ایک تولہ، اقا قیاتین ماشہ، ماجو دو تولہ، سفوف تیار کریں قبل اندر... باہر سے استعمال کریں۔ یہ دوائی صرف باہر سے ایک چٹکی

استعمال کریں۔

سپاری دکنی پانچ تولہ، سوٹھ تین تولہ، دونوں کو کوٹ کر ایک سیر دودھ میں جوش دیں، جب دودھ کا کھویا بن جائے، تو اس کو گھی میں بھونیں، اس کے بعد گیہوں کا آٹا ایک پاؤ، سنگھاڑے کا آٹا دس تولے، گلے کے گھی میں بھونیں، پھر سب کو **چینی سفید** آدھ سیر کے قوام میں ملا کر حلوا بنائیں، آخر میں مائیں خورد، مائیں کلاں، پھول **سپاری**، گوند ڈھاک، گوند کیکر، مال مکھانہ، گل دھاوا، زنج بند، مغز تخم املی ہر ایک دو تولہ، **مازو سبز** عدد، جانفل، جاوتری، لونگ، زعفران ہر ایک چار ماشہ کو کوٹ چھان کر شامل کریں۔ عورتوں کے سیلان کے لیے مفید ہے۔ خوراک دو تولہ، یہ حلوا بنا کر صبح نہار منہ کھا کر ادھر سے ایک پاؤ نیم گرم دودھ پیئیں۔

مہجون موچرس

رطوبت کو جذب کرتی ہے اور سیلان میں **سخت** ہے، موچرس، سپاری طباشیر، نشاستہ، مازو سبز، گل سرخ، حب آلاس، ہلیلہ، بلیلہ، آملہ، گل مختوم، موصلی سیاہ، موصلی سفید ہر ایک چھ ماشہ، چھلکا انار، ماشہ، آب بھی، آب انار، ترشش ہر ایک سواد دو تولہ، چینی سفید اور شہد خالص دواؤں کے وزن سے تین گنا لے کر قوام بنائیں اور دواؤں کو کوٹ چھان کر اس میں ملا دیں۔

خوراک ایک تولہ صبح کو پانی یا دودھ کے ساتھ کھائیں، بعض اطباء آب بھی اور آب انار کی بجائے رب ہی اور رب انار ملا کر یہ مہجون بناتے ہیں۔

دیگر

سیدب جلی ہوئی سفوف بنالیں، گدھا سے ایک گرام دودھ کے ساتھ دن

میں دو بار دیں۔

غذا پر ہسٹر

زرد ہنتم و مقوی غذائیں دیں، دودھ، دال، مونگ، شوربہ، چپاتی، ساگدانہ
مونگ کی کھجڑی، پالک وغیرہ دیں، گرم اشیاء، تیل، ترشی، رنج و الم، ملاپ اور
دھوپ میں پھرنے اور دند سٹس سے پرہیز کرائیں۔

سنان اچھا، اولاد کی آرزو

تعریف مرض

اس مرض میں عورت کو حمل نہیں ٹھہرتا اور اولاد نہیں ہوتی۔

اقسام

دو قسمیں ہیں۔ ۱۔ خلقی یا پیدائشی۔ ۲۔ غیر خلقی یا مرضی
وجوہات۔ ۱۔ خلقی پیدائشی

زنانہ اعضاءے تناسل رحم، رحم و خصیتہ الرحم کے پیدائشی نقصانات مثلاً بچہ
دانی کا نہ ہونا یا چھوٹا ہونا، رحم بچہ دانی کا نہ یا گردن رحم کا مسدود ہونا، خصیتہ
الرحم کا ناقص ہونا، پردہ بکارت کا سوراخ بند ہونا، تقاضت نابیوں کا فقدان یا سوراخ
بند ہونا، اندام نہانی کا مسدود یا تنگ ہونا، ہسٹیل (ویجائنا) کی رسولیاں۔

غیر خلقی نقائص

امراض رحم، سیلان الرحم، سلساں، انقلاب رحم، سرطان رحم، رحم کی سوزش رحم کے زخم، رحم کی بواسیر، استسقا رحم، قاذف نالیوں، نالیوں میں ٹیوٹس اور خبیثہ الرحم کے امراض نسلی خون، موٹاپا، عام کمزوری، کثرت ملاپ، بڑھاپا، شراب، کوکین و امفیون کا استعمال بندش حیض اور کبھی اندام نہانی کی رطوبت مذکورہ زیادہ ترش یا کھاری ہو، تو دیرج کے کثرت اس میں زندہ نہیں رہ سکتے، مرض آتشک یا سوزاک خاص طور پر اس بیماری کا سبب ہوا کرتے ہیں۔

علامات

امراض مذکورہ بالا میں کسی نہ کسی مرض کا پایا جانا، مزاج کی سردی، جو بلغم کی زیادتی میں عورت کا جسم چھونے سے سرد معلوم ہوتا ہے، بدن کی رنگت، اس میں سفیدی ہو جاتی ہے، رحم سے رطوبت جاری رہتی ہے، ہر وقت سستی دکا ہلی اور نکلنے لگتی ہیں زیادہ آتی ہیں، عورت کو حمل نہیں ٹھہرتا۔

تشخیص مرض

۱۔ مشتبہ عورت و مرد کا علیحدہ پیشاب کدہ یا کاہو کے پودے کی جڑ میں ڈالیں۔ جس کے پیشاب سے پودا سوکھ جائے۔ اُسے مرض بانجھ پن کا باعث سمجھیں۔ کیونکہ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ شدت حرارت نے اسے جلادیا ہے، اس کا علاج کیا جائے۔

۲۔ مرد اور عورت کی منی علیحدہ علیحدہ پانی میں ڈال کر دیکھیں، جس کی منی پانی میں تیرنے لگے اور نہ نشین ہو۔ اس کو قصور وار تصور کرنا چاہیے اور اس کا علاج

خصوصیت سے کرنا چاہیے۔

۳۔ مرد کے تازہ حیوانات منویہ کا مائیکروسکوپ یا خوردبین سے معائنہ کیا جائے۔ اس سلسلہ میں مرد کو ہدایت کی جائے کہ پانچ چھ روز ملاپ سے پرہیز رکھے، اس کے بعد کسی دھلی ہوئی چوڑے منہ کی خشک شیشی میں منی نکال کر کسی ماہر علم الامراض (پیٹھالوجسٹ) سے ایک دو گھنٹہ کے اندر امتحان کرائے منی نکالنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اپنی عودت سے ملاپ کرنے کے بعد انزال ہونے سے پہلے جدا ہو جائے، فریج لیدر اس غرض کے لیے موزوں نہیں ہے۔

طبعی حالات میں اخراج شدہ دیرج کی مقدار چار پانچ سی سی ہوتی ہے اور اس میں تقریباً دس کرڈر سپرماٹوز آئی سی سی ہوتے ہیں، اگر ان میں بیس فیصدی تک کمی بیشی ہو تو کوئی حرج نہیں ہے، لیکن خون یا پیپ کی ملاوت نہیں ہونی چاہیے۔ انزال کے بعد تین گھنٹے تک سپرماٹوز آئی سی سی میں بلا کر حرکت کرنے کی معمولی طاقت موجود رہتی ہے، اگر سیلان منی میں سپرماٹوز آئی سی سی حیوانات منویہ، باسکل نہ ہوں تو مکمل مردانہ نقص ہے۔ یہ مرض شاذ و نادر ہوتا ہے۔

حیوانات منویہ کے کم یا ناقص الخلقیت ہونے کا مرض آج کل عام ہے۔ اگر مرد و عورت جہانی صحت کو بہتر بنانے کی کوشش کریں۔ کافی دبر تک سویا کریں، ایسی غذا کھائیں جس میں پروٹین زیادہ ہو اور عورت کو ہدایت کی جائے کہ ملاپ کے بعد دوش نہ کرے، پھینک نہ لے، بلکہ ملاپ کے بعد چار گھنٹہ تک کمر کے نیچے تکیہ رکھ کر لیٹی رہے تو صحتی و طبی نقطہ نظر سے یہ طریقہ بلاد اولاد کی آرزو کا علاج

ثابت ہو سکتا ہے۔

یونانی علاج

اصل سبب کو ددر کریں، عام کمزوری ہو تو دٹامن دانا اغذیہ وارد یہ دیں۔
موٹاپے کی وجہ سے ہو تو روزہ رکھوائیں اور ورزش کرائیں۔ اگر مریضہ کے
صحت مند ہونے کے باوجود حمل نہیں ٹھہرتا تو سندرھیز ذیل معادن حمل معجزات میں
سے کسی ایک کا استعمال کرائیں۔

معاون اولاد کی آرزو

زیج شوٹنگی (چاندنی پکش) ایفون بھنگ، جانفل جاد تری، کستوری خالص،
برادہ ہاتھی دانت اصلی، لونگ، سپاری ہر ایک تین ماشہ پُرانا گرڈ ایک تولہ،
سب دوائیں تازہ اور اصلی لے کر کوٹ چھان کر چھوٹے چنے کے برابر گولیاں بنائیں
اول پہلے، در نہ دوسرے ہد تیسرے ماہ ضرور کامیاب ہوگی۔

دیگر

دارھی درخت پیپل سفید، زیج شوٹنگی (چاندنی پکش) ایک تولہ، سفوف بنا کر
خوداک ایک ماشہ ہمراہ دودھ گائے دیں۔

دیگر

موصلی سیاہ، موصلی سفید، گوکھرد، زیج اوٹنگن، چھلکا جڑ سنبل ہر ایک
دو تولہ، کوٹ پیس کر بعد فراغت ایام مردد عورت ایک ایک تولہ ہمراہ دودھ گائے
پانچ دن کھاتے رہیں، اس کے بعد..... کریں۔

دیگر

بچہ دانی کی جملہ خرابیوں کو درست کر کے اولاد کی آرزو پوری کرتی ہے، بیشتر طبیکہ کوئی پیدائشی نقص نہ ہو اور ایسا مہبے قاعدگی سے آتے ہوں۔
 مشک درتی، اخیون، کیسر ہر ایک ایک ماشہ یا نفل ایک عدد، بھنگ
 ۳۴ ماشہ، چھالیہ تین عدد، لونگ چار عدد پرانا گر پڑا ۱۵ ماشہ۔
 سب دواؤں کو کوٹ چھان کر گر ملا کر نخود کے برابر گولیاں بنائیں۔ خوراک
 ایک گولی صبح و شام سہراہ دودھ یا معجون موجر سے چھ ماشہ سے زین اور ہر جہینے
 سہراہ کے بعد سات دن کھلائیں۔

دیگر

گل دھوا، گل تیلو فر، جڑ پیا بانسہ، جڑ آسگندہ، سب برابر وزن لے کر کوٹ
 پھان کر سفوف بنائیں، بعد فراغت ایام یہ سفوف ۹ ماشہ کی مقدار میں گلے کے
 دودھ کے ساتھ بلاناغہ استعمال کریں۔

دیگر

دارہی درخت برگہ ڈیڑھ تولہ کو باریک پیس کر پانچ تولہ پٹیرا کھویا میں ملائیں
 اور ایام سے فراغت ہونے کے بعد کھلائیں۔ اگر خواہش ہو تو کھانے کے لیے اور
 کھوئے کے پٹرے دیں، اس کے سوا اور کوئی غذا نہ دیں۔ رات کو ملاپ کرائیں اگر
 امید ہو جائے تو بہتر درنہ ایام سے فراغت کے بعد دوسرے دوسرے ماہ بھی
 عمل کریں۔

آسان تجربیات

- ۱۔ ناگ کیسرا اصلی باریک کر کے بعد غسل چار ماشہ سے چھ ماشہ تک ہمراہ دودھ گائے سات دن استعمال کریں۔ دودھ گائے میں گھی بھی شامل کر لیں۔
- ۲۔ کے وقت اپنی رانوں کی جڑ میں خوشبودار گائے اور کمر کے نیچے تک رکھے تاکہ سر نیچا ہو۔ اس عمل کے ساتھ ساتھ رفیقہ حیات کو اچھی طرح راغب کر لینا چاہیے۔
- ۳۔ عورت بعد ملاپ لیے لیے سانس سے نطفہ اپنی طرف کھینچے اور کچھ دیر اسی طرح چت لیٹی رہے۔
- ۴۔ واڑھی درخت پھل سفید ایک تولہ، زیج شونگی (چاندنی پکش) ایک تولہ سفوفاً خوراک ایک ماشہ ہمراہ دودھ دیں۔
- ۵۔ آسگندہ چھ ماشہ پیس کر مہری تین ماشہ ملائیں، گھی گائے ساڑھے تین ماشہ ملا کر شروع ایام سے ہر روز کھاتے رہیں، غذا دودھ خشک دیں، بعد ایام کریں۔ فائدہ ہوگا۔
- ۶۔ کائے پھل باریک پیس ایس۔ برابر چینی ملائیں اور چار سے چھ ماشہ کی مقدار میں تین دن استعمال کریں۔ غذا میں چاول استعمال کرائیں اور بعد ایام کرائیں۔
- ۷۔ برادہ ہاتھی دانت تین تولہ بعد ایام تین سے چار دن کھلائیں۔
- ۸۔ آسگندہ ناگوری چار ماشہ بعد ایام ایک ہفتہ دودھ سے دیں۔
- ۹۔ واڑھی درخت پھل چھ ماشہ ہموزن کھاند ملا کر دودھ سے دیں۔

حیرتی بوٹیوں سے علاج

۱۔ آسگندھ ناگورنی پانچ ماشہ کو گھی گلٹے میں نرم آگ پر بریاں کریں، پھر اس میں دودھ اور مسری ملا کر ابالیں، جب قدرے گاڑھا ہو جائے تو اتار کر سرد کریں۔ ایام سے فارغ ہونے کے تیسرے دن بعد یہ مرکب بارہ دن تک ہر صبح عورت کو استعمال کرائیں، اس جو شانہ میں صاف کیا ہوا گھی بھی بائیرم متواتر پلانے سے آرزو پوری ہوگی۔

۲۔ برگد کی داڑھی بسایہ میں خشک کر کے سفوف بنائیں اور برابر چینی ملا لیں۔ خودک تین ماشہ صبح دین ماشہ شام ہمراہ دودھ گلٹے استعمال کریں اولاد کی آرزو اور سیلان کے لیے مفید ہے۔

۳۔ پیپل کی داڑھی ۲۰ تولہ، چینی سفید ۲۰ تولہ، سفوف بنائیں۔ یہ سفوف بقدر ایک تولہ مرد و عورت صبح کے وقت دودھ کے ساتھ روزانہ استعمال کریں اور اس کے بعد..... کریں۔ گردہری ہو جائے گی۔

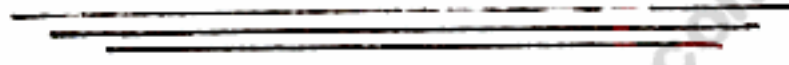
۴۔ داڑھی پیپل دو تولہ، داڑھی درخت بڑ (بوہڑا) طباشیر، دانہ لالچی خوردگ ایک دو تولہ، ہاتھی دانت کا برادہ دو تولہ، سب کو پیس کر سفوف بنالیں، جب عورت ایام سے فارغ ہو جائے تو تین تین ماشہ صبح و شام ہمراہ دودھ گلٹے دیں۔ سات روز تک استعمال کریں اور رات کو..... کریں۔ پھلے پیسنے میں کامیابی ہوگی۔ درنہ دوسرے صد تیسرے ماہ صردرگودہری ہوگی۔

نوٹ :- تجربہ سے ثابت ہوا ہے کہ اس دوا کو اس گائے کے دودھ سے

سے نقائص دور ہو کر قوت منعقدہ ٹھیک ہو جاتی ہے۔ اللہ کی مہربانی سے
نا ائمہ ہوتا ہے۔ ایسا سلسلہ تین ماہ متواتر کرنا چاہیے۔

غذا و پیرہین

زود ہضم و مقوی غذائیں دیں۔ بادی اولہ شقیل اشیا سے پرہیز کریں۔



www.iqbalkalmati.blogspot.com

ایام کا دیر سے آنا، ایام کی کمی، ایام کی نشگئی،

ایام کا بند ہو جانا

تعریف مرض

یہ چاروں امراض چونکہ قریب قریب ہیں، اس لیے ان کا بیان ایک ہی جگہ درج کیا جاتا ہے، دیر سے آنا عام طور پر بند ہو جانے کا پیش خیمہ ہوا کرتا ہے۔ اس مرض میں یا تو شروع ہی سے ایام نہیں آنے یا کچھ مدت آکر بند ہو جاتے ہیں یا زیادہ دیر کے بعد آتے ہیں چنانچہ جب ایام کے دوران دو ماہ کا عرصہ ہو جائے تو اسے بند ہو جانا سمجھتے ہیں۔ حمل کے دنوں اور ایام بند ہو جانے کے زمانہ یا بچے کو دودھ پلانے کے وقت کو ایام بند ہو جانے کا مرض نہیں سمجھنا چاہیے۔

وجوہات

ایام بند ہو جانے کی متعدد وجوہات ہیں، مثلاً قلت خون، کسی پرانی بیماری جیسے سیل و دق، خنازیر یا امراض گردہ و جگر کے باعث یا پیدائشی کمزوری یا فاترہ کشی، جریان خون، بواسیر، نکسیر یا تلی کے بڑھ جانے سے مریض کے جسم میں خون کم ہو جاتا ہے، پچھردانی پر جوٹ لگنے، سردی، خستگی جسم کے موٹا ہونے، پچھردانی کے سوجن، خون زیادہ گاڑھا ہونے، زیادہ سخت مشقت کرنے سے یہ عارضہ ہو جاتا ہے، عام حالات میں کثرت ملاپ، خصیۃ الرحم کی سوجن، ایام کے دنوں میں سردی لگنے یا بارش میں بیگنے سے یہ مرض ہو جاتا ہے۔

علامات

پچھردانی کی سوجن، کمزوری جگر تلی، بواسیر وغیرہ اس مرض کا سبب ہو گا تو خود

ان امراض کا دجور اس پر دلالت کرے گا، کسی خون کی حالت میں مریضہ کے جسم کا رنگ پھیکا ہوتا ہے، عام کمزوری اور سستی لاحق ہوتی ہے، تھوڑا سا کام کرنے سے دل دھڑکنے لگ جاتا ہے۔ جگر کمزور اور جسم لاغر ہوتا ہے اگر رقتِ اخون کے گاڑھا ہو جانے سے رگوں کے منہ بند ہو گئے ہوں تو جسم کا رنگ نیلا ہوگا۔ نبض میں کمزوری اور صلابت پائی جائے گی، نیند زیادہ آئے گی۔ ہاضمہ کمزور ہوگا۔ اگر گرمی سے یہ عارضہ ہو تو گرمی کی علامات ظاہر ہوں گی، سردی کے زرد سے یہ مرض ہوگا تو سردی کے آثار نظر آئیں گے، خشکی کی وجہ سے ہو تو جسم بے روتی اور کمزور ہوگا، جب پھر دانی کی وضع بدل جانے سے ہو تو پھر دانی میں سخت درد محسوس ہوتا ہے، ملاپ کے وقت تکلیف ہوتی ہے، جب سردی لگنے یا بھینگنے یا رنج و غم سے یہ مرض ہو تو تھوڑا سا آکر پھر اچانک بند ہو جاتا ہے۔

یونانی علاج

امراضِ نسوان میں ہمیشہ طب یونانی کو دوسرے علاجوں پر فوقیت حاصل رہی

ہے، مندرجہ ذیل مجربات بندشِ ایام کے لیے نہایت مفید ہیں۔

بندشِ ایام پلنز

مصبر شدہ دو تولہ، ہیرا کبیس دو تولہ، مرچی دو تولہ، ہینگ خالص دو تولہ

بمراہ پانی گولیاں نخود کے برابر بنائیں اور بوننت ضرورت ایک گولہ ہمراہ عرقِ سولف یا گرم پانی دیں، بندشِ ایام کے لیے مفید ہیں۔

سفوفت بندشِ ایام

دیونہ چینی، شورہ قلمی، جو کھار، زیرہ سفید ہر ایک ایک تولہ، نشکر تری،

ہموزن ادویہ، سب کو کوٹ چھان کر سفوفت بنالیں، جو پاک چھ ماشہ ہمراہ پانی دن

میں دو یا تین قبل از ایام ایک ہفتہ شروع کریں، ایام جاری کرنے کے لیے مفید ہے۔

حب بندش ایام

مصبر، ریونڈ خطائی، افستین، زعفران ہر ایک تین ماشہ، ہیرا کیسیس دو ماشہ، تمام اشیاء کو باریک کر کے چنے کے برابر گولیاں بنائیں، خود اک ایک گولی صبح و شام ہمراہ شربت بزدلی دیں۔

بھوشاندہ بندش ایام

بیج قرطم، سونف، گاڈ زبان، پرسیاؤ شاں، بیج خرپڑہ ہر ایک چھ ماشہ سب کو تین پاؤ پانی میں جوش دیں جب تہائی رہ جائے تو مل چھان کر شربت بزدلی معتدل چار تولہ ملا کر پلائیں، از حد مفید ہے۔

فرزجہ بندش ایام

زعفران، لوزنگ، عود شیریں، ناگر موتھا ہر ایک ایک ماشہ، مشک عنبر ہر ایک ایک دتی، پیس کو عرق گلاب میں حل کریں اور دیشمی کپڑے میں لتھیر کر فرزجہ بنا کر دایہ سے باہر رکھو امیں۔

حب خاص

صبر سقوطری زرد شدہ ایک تولہ، ہیرا کیسیس تین ماشہ، زعفران خالص چھ ماشہ، کستوری خالص ایک ماشہ، سب دواؤں کو کوٹ کر چھان لیں اور چنے کے برابر گولیاں بنائیں، ایک گولی صبح و ایک شام ہمراہ عرق سونف دیں۔ چار یا پانچ دن کے استعمال سے ایام جاری ہو جاتے ہیں۔

حب ایام پیشل سترانگ

مصبر شدہ زعفران ہر ایک دو ماشہ، شوره قلمی، گودہ حنظل، ہیرا کیسیس

جکو کھار ایک ایک ماشہ، لعاب گھسیکو اور میں چھنے کے برابر گولیاں بنائیں، ایک گولی سپراہ سونف چار ماشہ، گاڈ زبان چار ماشہ، منغز خر بوزہ، زیج قرطم چار ماشہ سونٹھ چار ماشہ، گڑ پیرانا دو تولہ کو عرق سونف میں جوش دے کر صاف کر کے پلائیں۔ اسی طرح ایک گولی صبح اور ایک گولی شام کو دیں۔

آسان نسخہ

مصبر شدہ ایک رتی، ہینگ ایک رتی کھل کر کے گولیاں بنائیں، یہ ایک خوراک ہے، دودھ یا پائے کے ساتھ دن میں دو بار استعمال کرائیں۔
مطبوع قرطم

سیح الملک حکیم محمد اجمل خان صاحب مرحوم دہلوی کے مطب میں بکثرت مستعمل تھا، بندش ایام بلغمی کے لئے نہایت مفید ہے۔ زیج قرطم پانچ ماشہ، سونف گاڈ زبان، زیج خر بوزہ، پرسیا ڈشاں ہر ایک سات ماشہ، چھلکا املتاس ۹ ماشہ سب کو تین پاؤ پانی میں جوش دیں، جب ہم ۲ حصہ رہ جائے، پھان کر شربت بزدری چار تولہ ملا کر نیم گرم پلائیں۔

دیگر

سونف چار ماشہ، زیج قرطم چار ماشہ، گاڈ زبان چار ماشہ، منغز خر بوزہ چار ماشہ، املتاس ۹ ماشہ، سب کو ایک پاؤ پانی میں جوش دے کر ادھا بہنے پر پھان کر گڑ ملا کر ایام آنے سے تین روز قبل پلائیں۔

حب مدر ایام

مصبر شدہ، ہیرا کیس، ہینگ بریاں، بڑھیا، سہاگہ بریاں، تمام ادویہ

برابر لے کر کنوار گندلی کے رس میں کھل کر کے دودھ رتی کی گولیاں بنائیں، ایام جاری ہونے سے قبل ایک سے دو گولی صبح و شام ہمراہ عرق سولف یا گہم پاتی دیں۔ ایام کے دنوں میں بھی استعمال جاری رکھیں۔

دیگر

مصبر شدہ ایک رتی، ہیرا کسبیس ڈیڑھ رتی، سفوف دار چینی ایک رتی ہر سہ ادویہ کو شہد میں ملا کر ایک گولی بنائیں، ایسی گولیاں دن میں دو بار دیں۔ از حد مفید ہے۔

دیگر

مصبر شدہ اصلی تین تولہ، مرکی اڑھائی تولہ، رلیوند خطائی ایک تولہ، ہیرا کسبیس دو تولہ، فری ایٹ ایونیا سائپراس سوا تولہ بار ایک سفوف کریں۔ خود اک پانچ گرین ر ۲/۴ رتی، کیپ شول میں بھر کر صبح و شام عرق مکو، کاسنی دس تولہ، شربت دینار پانچ تولہ یا شربت بزوری دیا کریں، ایام جاری کرتے ہیں اور اچھا خون پیدا کرتا ہے، جنرل کمزوری کے لیے بھی مفید ہے۔

دیگر

مصبر شدہ چار تولہ، مرکی چار تولہ، زعفران ایک تولہ، کشتہ فولاد خالص ایک تولہ، ہینگ خالص ایک تولہ، شہد میں ملا کر چھوٹے ٹنڈوں کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک گولی صبح و شام ایام آنے سے دو ہفتہ پہلے دیں۔ بیقاعدگی ایام، کمی خون، درد ایام، کمزوری جگر اور امراض نسوان کے لیے مفید ہے۔

نیز وقت ایام تشنہ میں رحم میں تشنہ ایٹھن ہونے کی وجہ سے جب

ایام تکلیف سے آتے ہیں اور عام طور پر عرصی امراض و نازک مزاج عورتیں ہی اس قسم کے مرض میں مبتلا ہوا کرتی ہیں۔ اس مرض میں ایام آنے سے ایک دو روز پہلے مریضہ کمر درد میں مبتلا ہو جاتی ہے، جس کی ٹیسس پیڑداد اور رانوں تک جاتی ہیں، پھر دانی کا منہ اینٹ جاتا ہے اور نہایت شدت کا درد ہوا کرتا ہے۔ اور ایام مقدار میں کم آتے ہیں اور درد نوبت بہ نوبت ہوا کرتا ہے۔ بطور دوا حور کی لود پر مندرجہ بالا نسخوں میں سے کسی ایک کا استعمال کریں، اور مریضہ کے پیڑد پر پوست خشخاش اور گل ٹیسو کے جوشاندے سے ٹنگور کریں، اور گرم پانی میں مریضہ کو بیٹھائیں، قبض ہو تو بندریعہ حقنہ یا مسہل رفع کریں۔

جرطی بوٹیوں سے علاج

الٹ کبیل

ہومیو پیتھک ریسیرچ کنندگان نے اس بوٹی کے پتوں کا رس (شکیر ازیابیس اور خرابی ایام میں مفید پایا ہے۔ اس کی جرط کی تازہ چھال کا سفوف دو ماشہ، ایام کنولنے کے لیے مفید ہے، تازہ چھال سے لیس دار رس دگوند نکلتی ہے جو قلت ایام کے لیے تین ماشہ تک دی جا سکتی ہے۔

پانسہ

پانسہ کے پتے، مخزن بولہ ہر ایک ایک تولہ عرق سولف میں رگڑ کر اس میں پُرانا گڑ شامل کریں۔ ایام آنے سے تین دن پہلے اس کا استعمال شروع کر دیں۔ بندش ایام کے لیے مفید ہے۔

پیاز
پیاز کو پانی میں جوش دے کر پلانے سے ایام کھل آتے ہیں، بطور ترکاری گھی
میں پکا کر کھلانا بھی یہی فائدہ کرتا ہے۔
پٹھکنڈا (چرٹ چٹہ)

اگر کسی بیماری کی وجہ سے ایام بند ہوں تو ہس کی جڑ کو چھیل کر صاف کر کے
یونی میں رکھنے سے فوراً ایام جاری ہو جاتے ہیں، حاملہ عورتوں کے لیے سنت
منع ہے۔

سولف

سولف ایک تولہ، گڑ ایک تولہ، ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دیں، آدھا حصہ
رہنے پر چھان کر پلائیں اور گرم کپڑا اوڑھا کر ریضہ کو سلائیں۔ ایام کے دنوں میں
اس کی دو تین خوراکیں بندش ایام کو آرام دے دیتی ہیں۔

نیم۔ نیم کے سبز پتوں کا رس ڈیڑھ تولہ، ادراک کا رس ۹ ماشہ، لکڑی کے سبز
پتوں کا رس ایک تولہ، شربت دینار ۹ ماشہ، تینوں کو ملا کر (یہ ایک خوراک ہے) صبح
۷ شام دونوں وقت پلانا اور شیم کے پتر پتوں اور مکو کے سبز پتوں کو ابال کر تلوں کے
تیل میں تل کر بقدر برداشت پیڑو پر بندھوانے سے عورتوں کے درد رحم کو فوراً آرام
آجاتا ہے، اس داخلی دھار جی علاج سے ایام کی رکاوٹ دور ہو جاتی ہے۔

غذا و پیکہ ہسٹر

سرد ترکاریوں، انڈہ، چائے سے پرہیز کریں، مونگ کی دال، ادھر کی دال،
چپاتی خشک، سبکٹ، مکھن، دودھ وغیرہ حسب ضرورت دیں۔

دنوں کی زیادتی، کثرتِ ایام

تعریفِ مرض

جب ایامِ ایام کے دنوں میں کثرت سے آتے ہوں، تو اسے آلودہ ذیدہ میں دنوں کی زیادتی اور لیونانی طب میں کثرتِ ایام کہتے ہیں، لیکن جب اپنے معمول کے خلاف زیادہ دنوں تک جاری رہیں تو اسے استخاضہ کہتے ہیں۔

وجوہات

- ۱۔ بدن میں خون کی زیادتی۔
- ۲۔ صفرا کی آمیزش سے خون پستلا ہو جاتا ہے، جس سے رگوں کا منہ کھل جاتا ہے۔
- ۳۔ بلغمی خلیط کے غلبہ کی وجہ سے پچہ دانی کے عسلات ڈھیلے ہو جاتے ہیں۔
- ۴۔ غلبہ سودا سے رگوں کے منہ کھل جاتے ہیں۔
- ۵۔ پچہ دانی پر چوٹ سے رحم کی کوئی رگ ٹوٹ جاتی ہے۔
- ۶۔ زیادتیِ غلاب یا زیادتیِ اولادریا جنرل کمزوری سے پچہ دانی کی طاقت کم ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ پچہ دانی کا ٹل جانا یا جھک جانا، بار بار حمل کا گرنا، پچہ دانی کی سوجن، پچہ دانی میں آنول کا ٹکڑا رہ جانا، پچہ دانی کے پھنسیاں پچہ دانی کی رسولی یا سرطان، ٹیگر کے امراض سے بھی یہ عارضہ ہو جاتا ہے۔

علاوہ اس

ایام بکثرت آتے ہیں، کبھی کبھی کم مقدار میں بار بار آتے ہیں، کبھی ایک ہی

بار میں زیادہ مقدار میں خارج ہوتے ہیں۔ کبھی زیادہ خارج ہونے سے مریضہ سخت کمزور اور نڈھاں ہو جاتی ہے، قبض رہتی ہے، چہرہ پر مردنی چمکا جاتا ہے، صبح لائونڈ اور کمزور ہو جاتا ہے۔ پیڑا درد کہہ میں درد ہوتا ہے۔ میوک نہیں لگتی، کبھی پاؤں پر درد آجاتا ہے، کبھی کمزوری سے غشی طارن ہو جاتی ہے۔

دجوات کے مطابق کثرت ایام کی حالت میں درد اور گرانی زیادہ ہوتی ہے۔ چہرہ اور بدن کی رنگت لال ہوگی۔ خون کے زیادہ خارج ہونے کے باوجود کمزور نہ ہوگی۔ **غلبہ صفرا** کی حالت میں بدن کی رنگت زرد ہوگی، خون کا قوام پتلا اور سو جن سے **قارح** ہوگا۔ **غلبہ بلغم** کی صورت میں خون سفیدی مائل اور گاڑھا ہوگا، **پستان** نرم ہوں گے۔ کمر میں درد محسوس ہوگا۔ **غلبہ سودا** کی حالت میں پیچہ دانی کی طاقت کمزور ہوگی۔ باقی علامات ظاہری ہوں گی۔

یونانی علاج

بیج سردالی تین سے پانچ ماشہ سوختہ تنہا سفوف کر کے دہی کے ساتھ صبح و شام دیں۔ اذہد مفید ہے۔ مریضہ کو آرام سے لٹائے رکھیں۔ مندرجہ ذیل تجربات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

سفوف صفرح

سندل سنید، کہریا، طباشیر، دانہ الاچی خورد، زہر مہرہ، ناریل دریائی، دھنیا خشک ہر ایک ایک تولہ، شکا و زبان، پھول گاؤ زبان ہر ایک تین ماشہ، کشتہ مرجان، کشتہ عقیق، کشتہ سنگ یشب ہر ایک ساڑھے چار ماشہ، ورق چاندی

پچاس عدد، تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر باہر ایک سفوف بنا کر درق ملا لیں، خوراک ایک سے دو ماشہ ہمراہ پانی استعمال کریں۔

فوائد :- کثرت ایام، اسہال خونی، پھپھڑے سے خون آنا، نکبیر کے لیے مفید ہے، علاوہ ازیں گھبراہٹ، ابکائی و بناروں کے لیے بھی مفید ہے۔

دو لے کثرت ایام

سنگ جراثیم غام اور گیردہوزن کا سفوف بنا کر بقدر تین ماشہ ہمراہ شربت انجیاردیں۔ فوراً خون بند ہو جائے گا۔

دیگر

مازہ سبز چھ ماشہ پیس کر ہمراہ دہی کھلائیں، مفید ہے۔

دیگر

کتھ کلابی سفوف بنا کر حسب برداشت مرہیت دو سے تین ماشہ دن میں تین بار روپی یا پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

کشتہ سنگ جراح

سنگ جراح ایک پاڈ کو دودھ گائے ایک سیر کے ساتھ خوب کھری کر کے آدھ آدھ چھٹانک کے گولے بنا کر خشک کر لیں اور سرد ہونے پر پیس لیں، خوراک دو ماشہ ہمراہ شربت انجیارد استعمال کریں، مفید ہے۔

سفوف کثرت ایام

برگ مور دس تولہ کوٹ چھان کر مہری ملا کر خوراک ایک تولہ صبح ایک تولہ

شام ہمراہ تازہ پانی دیں۔

حب کثرتِ ایام

پشکڑی سفید، چنیا گوند، هموزن پیس کر شربت انجیر ملا کر گولیاں بقدر
نخورد بنائیں، دو گولی ہر راہ پانی دیں۔

فرز جہ کثرتِ ایام

چھلکا انار، مازو سبز، پشکڑی بریاں تینوں کو بار یک پیس کر ملائیں، اور
صاف دھلا ٹم کپڑے کے ایک ٹکڑے کو پانی میں تر کر کے اور اس میں دوائے مذکور
لت پت کر کے یونی میں رکھیں۔

جرٹی بوٹیوں سے علاج

آسگندہ ناگوری

آسگندہ ناگوری تین ماشہ، رال سفید دو ماشہ، معری چھ ماشہ، سب کو ملا کر
تازہ پانی سے کھلائیں، کمزور مرینوں کو نصف خوراک دیں، کثرت ایام کے لیے
نہایت مفید ہے۔

دھما سہ

حقیق سُرخ کو آگ میں گرم کریں اور دھما سہ بوٹی کے تازہ رس میں یہاں تک
سرد کریں کہ ٹکڑے ٹکڑے ہو جائے، پیس کر دھما سہ بوٹی کے رس میں کھول کر
کے ٹیکہ بنائیں اور رس سیراپوں کی آگ دیں، یہ عمل سات بار کریں، دھما سہ بوٹی
سے حقیق کا بہترین کشتہ تیار ہوگا۔ جو خون پیشاب، خونِ دست، کثرت ایام
خونِ قے، پھیپھڑے سے خون آنے کے لیے مفید ہے۔

نحو راک ، ایک رتی ہمراہ مکھن یا مرہہ آملہ یا گاجر میں دیں ۔
انار :- انار کی چھال ۱۲ گرام کو ۱۰۰ گرام پانی میں جوش دیں ، ادھار ہنے
پر چھان کر صبح پلا دیں ، ایام کی کثرت میں مفید ہے ۔

غذا و پیرہن

زور ہضم و مقوی غذائیں ، دودھ ، دال مونگ ، شوربہ ، چپاتی ، ساگودانہ
مونگ کی کھجڑی ، پالک وغیرہ دیں ، گرم اسٹیمپ ، تیل ، ترشی ، رنچ و الم ، ملاپ
اور دھوپ میں پھرنے اور دندش سے پرہیز کریں ۔

